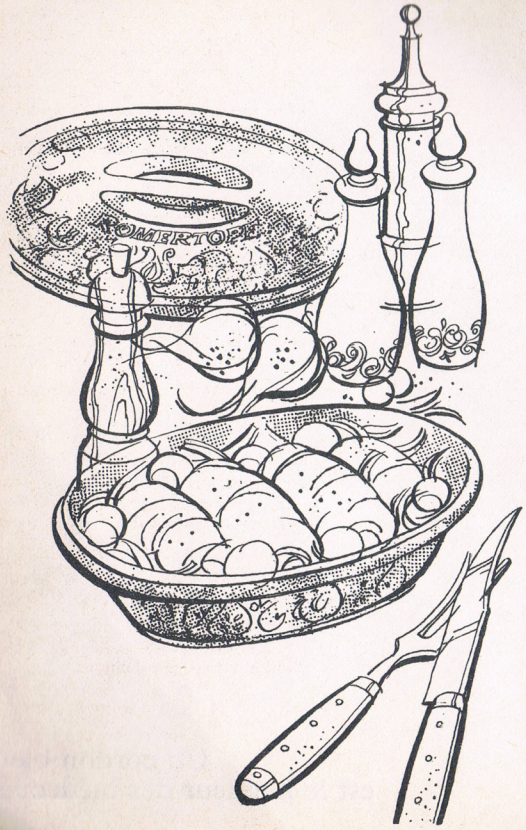
La cuisine saine et savoureuse dans RÖMERTOPF®

400 recettes pour une alimentation équilibrée et
50 recettes originales de MAPIE de TOULOUSE-LAUTREC

Un cordon bleu
est le meilleur des médecins

(vieux proverbe)



« Région des Potiers », Kannenbäckerland se situe dans le Westerwald allemand, entre Coblenz et Limburg. Ce nom convient très bien à cette contrée dont le sol contient une terre qui, de génération en génération, a produit des céramiques de renommée mondiale, tant pour leurs vases que cruches et chopes.

Ransbach, le siège de la firme Eduard Bay, se trouve au centre de cette région et produit la cocotte RÖMERTOPF qui porte à la fois les marques de tradition et de qualité.

Tous les produits de qualité sont imités, aussi veillerez-vous, à l'achat d'une cocotte en terre poreuse, à ce qu'elle réponde aux cinq points suivants :

- forme maniable et couvercle facile à ôter ;
- bonne finition intérieure qui facilite l'entretien par l'absence de bavure ;
- fond rainuré qui assure à la viande une coloration régulière tout en évitant qu'elle n'attache ;
- garantie de qualité d'un institut d'art ménager ;
- la marque RÖMERTOPF sur le couvercle.

La cocotte « Bay-RÖMERTOPF » répond à toutes ces conditions.

® - RÖMERTOPF est la marque déposée internationalement par la firme Eduard Bay, Ransbach, Allemagne Occidentale.

La conception des 400 recettes de base est due à **Eva Exner** ; celles-ci ont cependant été revues, adaptées et dans certains cas remplacées, afin de correspondre plus exactement aux traditions de la cuisine française, tout en gardant l'originalité d'utilisation de la RÖMERTOPF.

Mapie de Toulouse-Lautrec a essayé et rédigé tout spécialement pour les utilisatrices de la RÖMERTOPF, 50 recettes originales

REMARQUE IMPORTANTE.

La cuisson dans le Römertopf peut se faire sans corps gras. Si les recettes recommandent l'adjonction de corps gras (beurre, saindoux, margarine), c'est uniquement dans le but d'en améliorer le goût. Vous pouvez parfaitement supprimer totalement l'élément gras, soit par goût personnel, soit par obligation médicale.

La cuisine saine et savoureuse
dans

RÖMERTOPF®

400 recettes
pour une alimentation équilibrée
adaptées par Mireille Emmanuel
et
50 recettes originales
de
Mapie de Toulouse-Lautrec

EDUARD BAY - D 5412 RANSBACH - W. GERMANY

® dépôt international des marques des Ets Eduard Bay

Pour nos amis du Québec (Canada)

Mesures liquides

1 litre = 1 000 ml = 1.05 quarts
30 ml = 1 once fluide

Température		*Poids*	
°C	°F	50 g	1 oz 2/3
		100 g	3 oz 1/3
50	122	150 g	5 oz
100	212	200 g	6 oz 2/3
125	257	250 g	9 oz
150	302	300 g	10 oz 1/2
175	347	350 g	12 oz
200	392	400 g	13 oz 2/3
225	437	450 g	1 lb
250	482	500 g	1 lb 1 oz 2/3
275	527	1 kg	2 lb 3 oz 1/3

16e édition
330e - 350e mille
Copyright 1970 by Eduard Bay - Ransbach
Texte allemand de Eva Exner
Traduction de Jacqueline Cleinow
revue et adaptée par Mireille Emmanuel
et les services de rédaction de Marabout Flash
Dessins de Henri Lievens
Couverture : Studio Lenoir
Imprimé en Belgique
sur les Presses de Scorpion, Verviers.

ISBN 3-87059-088-2 **Bay-order-nr : 980.88**

TABLE DES MATIERES

Pourquoi la cocotte RÖMERTOPF ? 9

Une cuisine vraiment savoureuse 9
Une cuisine saine 10
Voici comment fonctionne la RÖMERTOPF 10
Comment l'utiliser 10
Quelques conseils de cuisson 13
Exigez une vraie RÖMERTOPF 14

400 recettes saines et savoureuses

Les viandes 15
- le bœuf 15
- le veau 20
- le porc 29
- l'agneau et le mouton 35
- les viandes hachées et les abats 42

Volailles et gibiers 49
- la volaille 49
- le gibier 63

Les poissons 74
- de rivière 75
- de mer 80

Les légumes 87
Potages et potées 97
Pâtés et soufflés 109
Riz et pâtes 116
Desserts 122
Recettes exotiques RÖMERTOPF 131

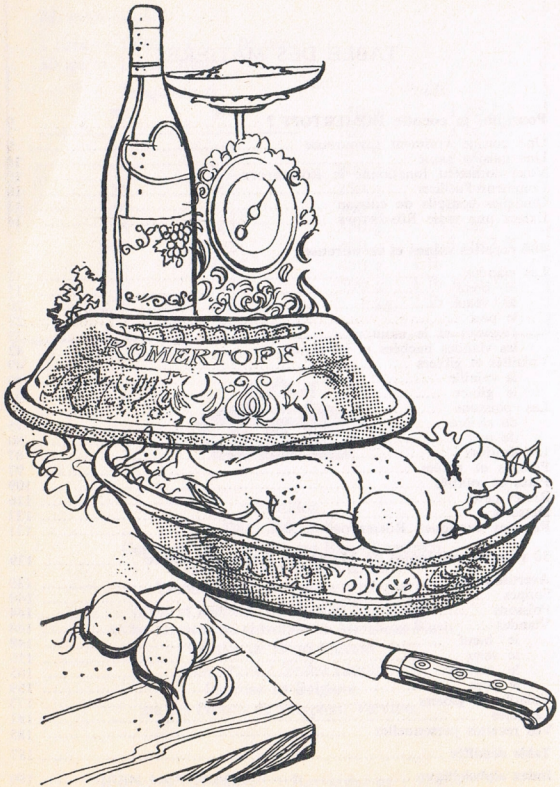
50 recettes originales de Mapie de Toulouse-Lautrec 139

Avertissement 139
Soupes 140
Poissons 144
Viandes 148
- le bœuf 148
- le veau 156
- le mouton 165
- le porc 169

Volailles et gibiers 173
Légumes 181
Vos recettes personnelles 185

Table détaillée 187

Index alphabétique 190



Pourquoi la cocotte RÖMERTOPF ?

Vous ne la connaissez pas ? Alors, lisez ceci pour en découvrir les multiples avantages, et vous aurez tôt fait de comprendre qu'elle est nécessaire aux gourmets au même titre que les épices et les herbes aromatiques.

Une cuisine vraiment savoureuse

Quel est l'intérêt d'une cocotte en terre ? Elle permet de mijoter les aliments dans un minimum de liquide ou même sans, c'est-à-dire uniquement dans le jus de cuisson. Il s'en dégage un arôme incomparable, un goût particulièrement savoureux, tandis que vitamines et calories demeurent intactes. Viandes, poissons, volailles et légumes restituent leur fumet et leur saveur naturelle.

Si la gastronomie a mis des siècles pour conquérir ses lettres de noblesse, les Romains cependant, il y a deux mille ans, connaissaient déjà cette finesse des aliments cuits dans leur propre jus. Le célèbre Lucullus mitonnait ses plat favoris dans de la céramique, alors que les casseroles en fonte étaient déjà connues.

Recréant une méthode vieille comme le monde mais en la modernisant, la cocotte RÖMERTOPF permet de réussir les plats les plus savoureux.

Une cuisine saine

Les bons petits plats mitonnés tant appréciés des gourmets ne sont généralement pas favorables à la ligne... Alors, faut-il se contenter de menus maigres et sans saveur ? Non ! car aujourd'hui, grâce à la cocotte RÖMERTOPF, la grande cuisine n'est plus l'ennemie de la diététique. Pourquoi ? Parce que la RÖMERTOPF rend possible la cuisson sans matière grasse et, par conséquent, les menus à basses calories.

Si vous avez le foie délicat, l'estomac ou la vésicule biliaire fragiles, ou si vous voulez maigrir, il vous faut renoncer aux préparations trop grasses : adoptez donc la solution RÖMERTOPF.

Et puis, dans une RÖMERTOPF, rien ne brûle ! Lorsque votre préparation est portée au four, vous n'avez plus à vous en soucier ; les aliments cuisent tout seuls et les temps de cuisson peuvent même être dépassés sans risque.

Comme la cocotte originale RÖMERTOPF allie l'esthétique à la perfection technique, au sortir du four, vous pouvez la poser sur votre table pour le plus grand régal des vôtres.

Voici comment fonctionne la RÖMERTOPF

C'est très simple : la porosité de l'argile permet une cuisson régulière. L'eau contenue dans les pores de la cocotte (trempée au préalable) se transforme en vapeur à la chaleur et garantit ainsi une préparation naturelle. Les mets deviennent croustillants sans être secs. Les potages et potées mijotent doucement, les viandes mitonnent et les soufflés gardent toute la saveur de leurs ingrédients.

Comment l'utiliser

Lisez avec attention le mode d'emploi de la RÖMERTOPF, afin qu'elle puisse vous rendre service pendant de nombreuses années. Elle est d'une utilisation facile. Il suffit d'observer quelques

règles de base et, avec l'habitude, vous n'aurez aucun problème.

• **Avant le premier emploi,** la RÖMERTOPF doit être trempée pendant trente minutes dans de l'eau puis passée à la brosse.

• **Après usage,** lavez votre cocotte à l'eau bouillante, à l'aide d'une brosse ou d'une éponge spéciale RÖMERTOPF. N'employez les détergents liquides qu'avec parcimonie ; en effet, s'ils dégraissent plus facilement, ils doivent cependant être rincés immédiatement et abondamment pour ne pas pénétrer dans la matière poreuse. De même, n'utilisez pas de brosses trop dures, d'éponges de fer, etc., qui pourraient griffer la cocotte. Lors de la première cuisson, la couleur de l'argile change quelque peu. Ce n'est qu'un petit inconvénient qui ne déprécie en rien la cocotte.

Lorsque vous aurez employé votre RÖMERTOPF une centaine de fois, celle-ci doit subir un grand nettoyage. Il faut la faire tremper au moins pendant trente à quarante-cinq minutes dans de l'eau bouillie et chaude, afin de déboucher à fond les pores.

Si, pendant un certain temps, vous n'utilisez pas votre RÖMERTOPF, rangez-la, mais ne la couvrez pas totalement. Emboîtez les deux parties de la cocotte l'une dans l'autre pour que l'air puisse y circuler.

• **Avant chaque emploi** — et c'est très important — la RÖMERTOPF doit être plongée entièrement dans de l'eau pendant une quinzaine de minutes. Comme nous savons, par expérience, que cela s'oublie très facilement, nous insisterons sur la mention RÖMERTOPF trempée au préalable » à chaque recette.

• **La** RÖMERTOPF **ne peut être utilisée que dans le four.** Ne la portez jamais sur feu ouvert ou sur une plaque chauffante.

N'allumez votre four qu'après y avoir introduit votre cocotte, donc à froid, et portez ensuite à la température nécessitée par la recette. La cuisson se fait alors lentement, sans qu'il soit nécessaire de surveiller les aliments. En général, elle ne dure qu'une quinzaine de minutes de plus que par un autre procédé.

Après avoir épicé votre préparation selon votre goût, placez la viande, le poisson, le gibier, les légumes, etc., dans la cocotte sans y ajouter de matière grasse.

Vous pouvez, en y incorporant les ingrédients de votre choix, transformer le jus de votre rôti en une sauce succulente.

Les volailles prendront cette belle couleur dorée si appétissante, si, après avoir retiré le jus dans lequel elles auront été cuites, vous les laissez pendant cinq ou dix minutes à découvert avant de les sortir du four.

• **Si vous souhaitez gratiner un mets,** saupoudrez de fromage râpé et laissez quelques instants au four, également à découvert.

Avant de déposer les ingrédients dans la RÖMERTOPF, vous

pouvez les enrober de papier d'aluminium ménager, mais ce n'est pas nécessaire, puisque cette cocotte originale suffit à la bonne cuisson.

● **Quand vous sortez la** RÖMERTOPF **du four,** déposez-la sur un sous-plat. Vous pouvez aussi la poser sur un essuie plié, afin de ne pas la mettre en contact avec une surface trop froide qui pourrait la faire sauter. Pour éviter cette catastrophe, ne versez jamais de liquide froid pendant la cuisson. Chauffez-le préalablement.

La RÖMERTOPF a été conçue aussi bien pour le four à gaz que pour le four à l'électricité.

● **Les temps de cuisson** que nous indiquons sont valables pour les deux.

La plupart des fours sont numérotés de 1 à 8. Le numéro 3 correspond à environ 190 °C, le numéro 4 à 210°, le numéro 5 à 230° et le numéro 6 à 250°.

Posez votre RÖMERTOPF dans un four froid. Allumez cinq minutes sur la position 1, puis cinq minutes sur la position 2, et montez ainsi progressivement aux positions 3, 4 et 5 selon la température exigée par la recette que vous préparez.

Pour des fours numérotés de 1 à 10, reportez-vous au tableau des températures figurant dans l'avertissement des recettes de Mapie de Toulouse-Lautrec, page 139.

Mais surtout consultez le tableau des températures que vous avez reçu à l'achat, et correspondant au four de votre type d'appareil.

Cependant, ce ne sont là que des indications : en effet, ces temps dépendent de la quantité des ingrédients, du degré de cuisson que vous souhaitez (rôti encore saignant ou à point). Vous connaissez votre four ; à vous de juger du temps idéal.

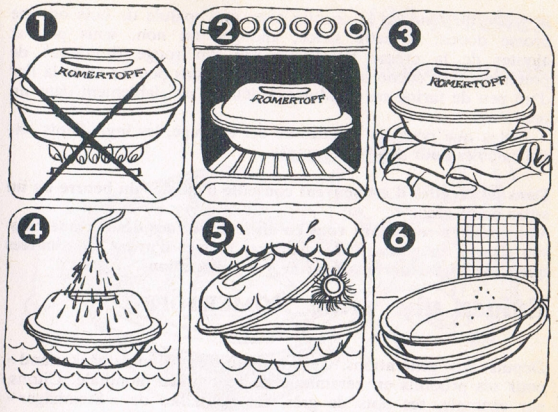
Pour cela, il est nécessaire, lors du premier emploi de la RÖMERTOPF, de surveiller et de vérifier le degré de cuisson des ingrédients. Mais, bien vite, vous serez à même de préparer des rôtis bien juteux et dorés.

Notez que le four d'une cuisinière au gaz — contrairement à celui d'une cuisinière électrique — n'a pas toujours une température uniforme.

Procédez donc par étapes successives : faites chauffer votre four sur une petite arrivée de gaz, puis augmentez progressivement jusqu'à la température voulue.

● **Rappelez-vous ceci à propos de la** RÖMERTOPF :

- trempez-la dans l'eau avant chaque emploi ;
- ne la posez pas directement sur la flamme ;
- portez-la uniquement au four ;



- au sortir du four, posez-la sur un essuie plié ;
- nettoyez-la à l'eau chaude, à la brosse ou avec l'éponge spéciale ;
- entreposez-la dans un endroit aéré et ne fermez pas à fond les deux parties qui s'emboîtent.

Quelques conseils de cuisson

Si vous essayez une nouvelle recette dans la RÖMERTOPF, gardez un temps de cuisson moyen et une température du four portée à 250 °C. Contrôlez votre préparation après une heure de cuisson.

Dans presque tous les livres de cuisine, il est conseillé de ne pas ajouter de liquide à la cuisson des viandes rôties. Au contraire, ajoutez une demi-tasse de bouillon de viande, par exemple ; le rôti sera moins sec et gardera son arôme. Même si nos recettes ne recommandent pas toujours d'allonger le jus de la viande dans la cocotte, faites-le si c'est votre goût.

Comment procéder ? Retirez la viande de la RÖMERTOPF et gardez-la au chaud ou portez-la sur grille durant quelques instants si vous préférez le rôti croustillant. Détachez prudemment

la sauce du fond de la cocotte avec une spatule de bois ou une brosse douce. A cette sauce, allongée ou non, vous pouvez ajouter de la crème fraîche ou du vin rouge (bordeaux de préférence) ou encore du vin blanc sec. Vous pouvez aussi la lier d'un peu de farine ou de Maïzena délayée préalablement dans un peu d'eau.

Notez que pour les recettes de cet ouvrage, les ingrédients ont été calculés pour quatre personnes.

Dans les recettes il est souvent conseillé d'ajouter du beurre ou un autre corps gras.
Vous pouvez cependant vous en abstenir si vous désirez une cuisson pauvre en graisses ; les matières grasses n'ayant été ajoutées que pour augmenter la saveur de vos préparations.

Exigez une vraie RÖMERTOPF

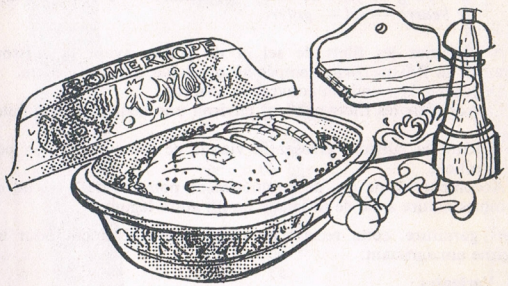
Depuis des générations, l'on connaît le « Kannenbäckerland » pour ses produits en céramique de renommée mondiale. Citons, par exemple, ses pots de grès, ses bouteilles de « Steinhäger » ainsi que ses vases décoratifs.

La Bay-RÖMERTOPF est également un produit typique de cette région, et comme telle, cette cocotte a été copiée. Voici donc les points à observer lors de votre achat :
- le couvercle doit s'enlever aisément ;
- exigez l'inscription RÖMERTOPF sur le couvercle ;
- les bords supérieurs sont façonnés afin de faciliter le nettoyage ;
- les rainures du fond sont la garantie d'une bonne préparation et vous donnent la certitude que les mets ne colleront pas ;
- la RÖMERTOPF s'accompagne toujours d'un certificat de test.

N'hésitez plus !

Vous avez besoin d'une nouvelle cocotte ? Le choix est vaste, certes ; il en est de toutes les formes, de toutes les couleurs et de toutes les matières allant de l'argile à la fonte émaillée. Mais si vous songez avec nostalgie à la cuisine de votre grand-mère qui réussissait des plats croustillants et juteux à la fois, alors, n'hésitez plus. Choisissez une RÖMERTOPF ! Vous serez enthousiasmé, car cette merveilleuse cocotte sera pour vous une amie et, grâce à elle, la cuisine devient un réel plaisir.

400 recettes saines et savoureuses



LES VIANDES

N'accusez pas la RÖMERTOPF si d'aventure votre rôti n'est pas tendre ! C'est une question de qualité de viande. De plus, sachez que la viande ne peut être consommée trop fraîche ; elle doit demeurer trois à quatre jours en chambre froide après l'abattage. Sinon, il vaut mieux la déposer pendant trois jours dans un plat avec de l'huile ; n'oubliez pas, dans ce cas, d'essuyer la pièce de viande avant la cuisson, pour éviter qu'elle ne soit trop grasse.

Le bœuf

Lorsque la pièce à rôtir est maigre, ajoutez un peu de bouillon après une heure de cuisson pour la rendre plus juteuse.

La RÖMERTOPF convient aussi bien pour les rôtis d'une pièce que pour la viande coupée en morceaux. N'employez jamais

qu'une petite quantité de liquide, pour que la sauce ne soit pratiquement que du jus de viande.

Filets rôtis

● *750 g de filet de bœuf bien tendre — 2 cuill. à soupe de beurre — sel — poivre.*

Assaisonnez les filets de sel et de poivre avant la cuisson. Graissez la RÖMERTOPF, trempée au préalable, avec du beurre.

Déposez-y la viande et couvrez la cocotte.

Laisser rôtir les filets pendant environ une heure vingt minutes à 250°.

Pendant la cuisson, arrosez la viande de son jus ou d'un peu de bouillon.

Accompagnez de riz, de croquettes de pommes de terre ou de pommes nature avec de la salade ou un autre légume.

Sans garniture, cette recette convient particulièrement pour un régime amaigrissant.

● **Variantes :**
○ piquez le filet de lardons ; ou
○ ajoutez une demi-tasse de vin blanc sec ; ou
○ incorporez une boîte de champignons émincés.

Rôti aux oignons

épaule - macreuse 2H+

● *750 g de viande de bœuf maigre — 1 cuill. à soupe de graisse végétale — 4 gros oignons — 1 cuill. à soupe de moutarde aux herbes — 1 cuill. à soupe de paprika doux — 2 petits cornichons — 1 cuill. à thé de câpres — 1/8 l de crème fraîche — sel — poivre.*

Chauffez la graisse végétale dans une poêle et faites prendre couleur à la viande. Salez, poivrez et enduisez de moutarde.

Déposez-la dans la RÖMERTOPF trempée au préalable et saupoudrez de paprika en poudre.

Dans la graisse végétale légèrement refroidie, brunissez les oignons coupés en tranches. Versez-les sur la viande. Hachez les cornichons et ajoutez-les à la viande de même que les câpres. Versez la crème et fermez le couvercle.

Le temps de cuisson dépend de la qualité de la viande, soit de

nond de gite ou JUMEAU (Wittman)
2 à 3h selon grosseur
AIGUILETTE T = 6 1/2

une heure et demie à deux heures, à 200°. Ce temps peut être dépassé si nécessaire.

Servez le rôti aux oignons avec des pommes de terre frites et une salade de tomates.

Bouilli de bœuf

● *1 kg de plates-côtes de bœuf — 1/2 l de bouillon de viande — 1 os à moelle — 1 céleri — 1 botte de poireaux — persil haché.*

Déposez la viande, le bouillon froid, l'os à moelle et les légumes hachés dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Fermez la cocotte. Laissez cuire doucement à 200° pendant environ trois heures. Otez la viande du bouillon et passez celui-ci.

Coupez la viande en tranches et servez-la nageant dans le bouillon. Saupoudrez de persil haché.

Accompagnez de pain noir, par exemple du pumpernickel.

● **Si vous aimez un potage fortifiant,** vous préparerez votre assiette de bouilli de bœuf de cette manière. Comme la RÖMERTOPF ne laisse échapper aucune vapeur, la viande peut cuire dans un peu de bouillon et le potage n'en sera que meilleur. Pendant la dernière demi-heure de cuisson, vous pouvez ajouter des bouquets de chou-fleur, des petits pois ou des rondelles de carottes.

Ragoût de bœuf

● *1 kg de queue de bœuf coupée en plusieurs morceaux — 1/4 l de vinaigre de vin — 1 oignon — 1 céleri — 1 botte de poireaux — 1 feuille de laurier — 1/2 cuill. à thé de thym — 2 clous de girofle — 2 baies de genévrier — 1/2 citron — 1 pointe de couteau de sucre en poudre — 50 g de lard fumé — 1 cuill. à soupe de farine — 1/4 l de bouillon de viande — 1/4 l de vin rouge — 1 gousse d'ail — sel — poivre.*

Faites bouillir le vinaigre de vin avec le laurier, le thym, les clous de girofle, le sel, le poivre, les baies de genévrier et un soupçon de zeste de citron. Laissez refroidir et ajoutez l'oignon haché, l'ail et le vin.

Laissez mariner la queue de bœuf toute une nuit dans cette préparation.

Avant la cuisson finale, déposez la viande avec une tasse de marinade dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

D'autre part, dans une poêle, faites sauter le lard. Ajoutez la farine et laissez quelque peu brunir. Liez avec le bouillon. Ajoutez également les légumes verts. Déposez cette préparation dans la cocotte et laissez mijoter le ragoût à couvert, pendant environ trois heures et demie à 200°.

Accommodez la sauce au jus de citron, au sel et au poivre.

Servez avec des nouilles au beurre.

Cette recette ne convient pas pour un régime amaigrissant.

● **Variantes :**
○ ajoutez une boîte de champignons ; ou
○ incorporez une petite poignée de câpres après cuisson ; ou
○ accommodez à la marjolaine et au concentré de tomates ; ou
○ ajoutez un poivron haché après cuisson.

Bœuf aux champignons

● *500 g de champignons — 800 g de viande de bœuf — 1 oignon — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 chou-fleur — une demi-tasse d'eau.*

Coupez les champignons en tranches. Déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Jetez par-dessus l'oignon coupé. Salez et poivrez.

Coupez la viande en petites tranches et posez-les sur les champignons et l'oignon. Ajoutez des bouquets de chou-fleur.

Assaisonnez de sel et de poivre mélangés préalablement dans une demi-tasse d'eau. Garnissez de noisettes de beurre.

Fermez la cocotte et laissez mijoter pendant environ une heure et demie, à 220°.

Accompagnez de riz ou de pommes de terre nature.

Sans garniture, cette recette convient particulièrement pour un régime amaigrissant.

Goulasch

● *800 g de viande de bœuf ou de porc, ou un mélange de viandes de bœuf, de porc et de mouton — 400 g d'oignons — 1 poivron — 3 cuill. à soupe de lard fumé, coupé en lardons — sel — paprika — un zeste de citron râpé — 1/4 l de bouillon de viande — 2 cuill. à soupe de farine.*

Faites revenir les lardons dans une poêle préchauffée, avec les oignons émincés et les morceaux de viande, jusqu'au moment où la préparation est bien dorée.

Déposez celle-ci dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez le poivron finement haché.

Recouvrez de bouillon et assaisonnez de sel, de paprika et relevez de zeste de citron.

Fermez la RÖMERTOPF. Mettez au four à 200° et laissez mijoter pendant environ deux heures et demie à 200°.

Avant de servir, liez la sauce avec la farine et éventuellement, ajoutez un peu de beurre. Rectifiez l'assaisonnement.

Accompagnez de pommes de terre nature, de riz ou de nouilles au beurre frais.

● **Variantes :**
○ remplacez une tasse de bouillon par du vin rouge ; ou
○ à la cuisson, ajoutez deux gousses d'ail écrasées ; ou
○ relevez la sauce avec un peu de vinaigre de vin ; ou
○ variez en ajoutant du concentré de tomates ; ou
○ avant de servir, ajoutez quelques cornichons et laissez mijoter ; ou
○ remplacez le poivron par une petite boîte de champignons que vous ajouterez environ quinze minutes avant de servir ; ou
○ au moment de servir, ajoutez quelques saucisses viennoises coupées ; ou
○ ajoutez 500 g de choucroute et une cuillerée à thé de cumin en poudre.

Goulasch berger à la hongroise

● *200 g d'oignons — 200 g de tomates — 200 g de poivrons — 800 g de viande de bœuf — 2 cuill. à soupe de beurre — 2 cuill. à café de paprika doux — sel.*

Coupez les oignons en gros morceaux. Faites-les revenir dans le beurre. Déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ensuite, ajoutez les tomates pelées, épépinées et coupées en quatre. Débitez les poivrons en fines lanières et portez-les dans la cocotte avec la viande coupée en morceaux.

Assaisonnez d'un peu de sel, mais avec assez bien de poudre de paprika doux. Fermez la cocotte.

Laissez mijoter le tout dans le four à 220° pendant environ deux heures.

Servez avec du pain blanc ou gris, des pommes de terre, du riz et des nouilles au beurre frais.

● **Variantes :**
○ laissez mijoter 250 g de choucroute que vous ajoutez avant de mettre au four ; ou
○ ajoutez, pour la cuisson, des pommes de terre. Dans ce cas, il y a lieu de prévoir une tasse d'eau supplémentaire.

Longe de bœuf en daube

● *800 g de longe de bœuf — sel — poivre — 1 oignon — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à thé de moutarde — 1 tasse de bouillon de viande — 1 tasse de vin rouge — 1 petite boîte (environ 250 g) de champignons — 1 cuill. à soupe de jus de citron — 1 cuill. à soupe de farine.*

Coupez la viande en fines tranches. Salez et poivrez.

Faites sauter la viande avec l'oignon émincé dans du beurre fondu. Déposez le tout dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Mélangez le bouillon, le vin rouge, la moutarde, le jus de citron et la farine.

Versez le mélange après avoir ajouté les champignons, de manière à couvrir la viande.

Fermez la cocotte. Portez au four. Laissez mijoter à 200° pendant environ quarante-cinq minutes. Accommodez la sauce à votre goût.

Accompagnez de pommes nature et de chou-fleur.

Notez que le goulasch et la longe de bœuf en daube ne sont pas indiqués pour les régimes amaigrissants.

Le veau

La viande de veau étant moins grasse que celle du bœuf, ajoutez toujours une tasse de liquide pour la cuisson. Ce conseil n'étant pas rappelé ultérieurement, veuillez en prendre bonne note dès à présent.

Rôti de veau

● *800 g de rôti de veau — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de beurre fondu — 1/4 l de bouillon de viande — 1 oignon — 1 carotte — 1 boîte de champignons émincés — 1/4 l de crème fraîche.*

Assaisonnez la viande de sel et de poivre. Graissez avec du beurre la RÖMERTOPF trempée au préalable. Déposez-y la viande et badigeonnez-la de beurre fondu.

Ajoutez le bouillon, puis l'oignon haché, la carotte et les champignons. Fermez la cocotte.

Laissez mijoter pendant deux heures et demie à 200°, en prenant soin d'arroser la viande entre-temps de jus de cuisson.

Si le rôti n'est pas assez croustillant, mettez-le sur grill pendant dix minutes. Sinon, tenez-le au chaud. Retirez le jus de la RÖMERTOPF. Faites-le bouillir séparément dans une casserole et ajoutez la crème fraîche. Assaisonnez de sel et de poivre.

Servez avec du riz, des pommes de terre nature ou des légumes fins.

● **Variantes :**
○ posez le rôti sur un lit de tranches de lard ; ou
○ garnissez le rôti de tranches de lard ; ou
○ enrichissez d'une sauce piquante (dans ce cas, mélangez de fines tranches de poivron, un peu de zeste de citron râpé, une feuille de laurier hachée et de petites saucisses) ; ou
○ gratinez en enduisant le rôti d'œuf et de chapelure.

Rôti de veau au vin rouge

● *1 kg de rôti de veau — 50 g de lard fumé — 1/4 l de vin rouge — 1 cuill. à soupe d'épices mélangées.*

Mélangez les épices au vin rouge et enduisez-en le rôti préalablement bardé de lard fumé.

Déposez le reste de la sauce avec la viande dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Faites cuire à couvert durant deux heures à 200° en prenant bien soin d'arroser la viande de jus.

Mélangez de la crème fraîche à la sauce.

Rôti de veau à la crème

● *800 g de rôti de veau — 50 g de lard fumé — sel — poivre — 2 cuill. à soupe de beurre — 1/4 l de crème fraîche — 1 cuill. à soupe de curry — 1 poignée de câpres — 1/2 jus de citron.*

Bardez le rôti de veau de fines tranches de lard fumé. Salez et poivrez. Arrosez d'un peu de jus de citron. Faites brunir légèrement dans du beurre. Ensuite, versez le tout dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Incorporez la crème fraîche. Couvrez et laissez mijoter durant environ deux heures et demie à 220°.

Arrosez de sauce en cours de cuisson.

Avant de servir, ajoutez les câpres à la sauce et relevez de sel, de poivre et de jus de citron.

Accompagnez de riz, de nouilles au beurre ou de pommes de terre frites.

Filet de veau aux champignons

● *1 kg de filet de veau — sel — poivre — 250 g de champignons — 1/2 l de bouillon de viande — farine — 2 à 3 cuill. à soupe de crème fraîche — 1 jus de citron.*

Assaisonnez la viande de sel et de poivre. Déposez-la dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Nettoyez les champignons et coupez-les en tranches. Ajoutez-les dans la cocotte autour du filet.

Versez le bouillon de viande. Couvrez et mettez au four.

Laissez mijoter pendant environ une heure à 200°.

Otez le filet et déposez-le sur un plat préchauffé.

Transvasez la sauce dans un autre récipient. Chauffez celle-ci et liez-la avec un mélange de crème fraîche et de farine. Assaisonnez de sel et de poivre. Relevez d'un jus de citron. Versez sur le filet.

Servez avec du riz au safran, des nouilles au beurre frais ou des pommes de terre.

Rôti de veau aux anchois

● *800 g de rôti de veau — 50 g de lard fumé — sel — poivre — 2 cuill. à soupe de beurre — 1/4 l de crème fraîche — 1 cuill. à soupe de curry en poudre — 1/2 l de citron — 4 filets d'anchois hachés — 50 g d'olives dénoyautées et coupées en fines tranches — 1 verre de cognac.*

Cette recette est identique à celle du « rôti de veau sauce à la crème » (voir plus haut), mais remplacez les câpres par quatre filets d'anchois hachés. Incorporez également des olives dénoyautées et coupées en fines tranches, ainsi qu'un verre de cognac.

Côtelettes de veau à la ménagère

● *4 côtelettes de veau — 300 g d'oignons — 300 g de carottes — 450 g de pommes de terre — 1/4 l de vin blanc sec — sel — poivre — 3 cuill. à soupe de beurre.*

Les pommes de terre coupées en petits quartiers, les carottes et les oignons coupés en rondelles sont mis à cuire dans la RÖMERTOPF trempée au préalable, pendant quarante-cinq minutes à 225°.

Faites légèrement brunir les côtelettes dans une poêle et ajoutez-les aux légumes. Salez et poivrez.

Faites chauffer le vin et versez-le dans la cocotte.

Laissez cuire encore trente minutes à couvert.

Cette recette ne convient pas en cas de régime.

Côtelettes de veau à la crème

● *4 côtelettes — 2 cuill. à soupe de beurre — 1/4 l de crème fraîche — 1/2 citron — sel — poivre — aromates.*

Dans un poêlon, cuisez légèrement les côtelettes des deux côtés dans du beurre. Salez et poivrez.

Déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable et ajoutez la crème.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant environ trente minutes à 250°, jusqu'à ce que la viande soit tendre et la crème épaissie.

Avant de servir, rectifiez l'assaisonnement de la sauce avec du sel, du poivre, des aromates et le jus d'un demi-citron.

Accompagnez de riz, de nouilles ou de pommes de terre nature très farineuses.

Recette recommandée pour les régimes à basses calories.

Epaule de veau

● *1 kg d'épaule de veau désossée — 3 gousses d'ail — sel — poivre — thym — romarin — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 jus de citron — 1 verre de vin blanc sec — 1/2 tasse de fines herbes hachées.*

Frottez d'ail l'épaule de veau et introduisez le thym, le romarin, les fines herbes et l'assaisonnement. Roulez l'épaule et ficelez-la.

Faites-la dorer dans un peu de beurre sur toute sa surface.

Déposez-la ensuite dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Mouillez de jus de citron et de vin blanc sec.

Couvrez la cocotte et faites cuire pendant deux heures à 200°.

En fin de cuisson, saupoudrez de fines herbes hachées et rectifiez l'assaisonnement.

Servez la viande avec son jus de cuisson et accompagnez-la de pommes de terre frites.

Blanquette de veau

● *1 kg de viande de veau — 3 oignons — 2 carottes — sel — poivre — 1 gousse d'ail — 1 bouquet garni — 2 cuill. à soupe de beurre — 3 cuill. à soupe de farine — 2 jaunes d'œufs — 1 pot de crème fraîche — 1/2 jus de citron — 1 cuill. à soupe de persil haché.*

Débitez la viande en morceaux et faites-les blanchir à l'eau salée. Ecumez.

Déposez dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, la viande blanchie, l'eau de cuisson, les oignons et les carottes émincées, l'ail et le bouquet garni.

Couvrez et faites mijoter pendant deux heures environ, à 200°.

D'autre part, préparez une sauce avec le beurre, la farine, deux verres de jus de cuisson, les jaunes d'œufs et la crème fraîche. Lorsque la liaison a pris consistance, ajoutez le jus de citron et le persil haché. Assaisonnez de sel et de poivre.

Après cuisson de la viande, retirez le jus de cuisson et remplacez-le par la sauce préparée précédemment.

Accompagnez de pommes de terre nature.

Veau en cocotte

● *800 g de viande de veau — 4 tranches de lard — 2 oignons — 2 carottes — 1 bouquet garni — 2 verres de vin blanc sec — sel — poivre — bardes de lard.*

Dans le fond de la RÖMERTOPF, trempée au préalable, déposez des bardes de lard, des lardons, des rondelles de carottes et des tranches d'oignons. Recouvrez à nouveau d'une couche de bardes de lard. Assaisonnez de sel et de poivre.

Posez par-dessus la viande de veau. Couvrez et laissez cuire pendant quinze minutes à 200°.

Mouillez ensuite la préparation de vin blanc sec. Rectifiez l'assaisonnement et reportez au four, à couvert, à même température pendant une heure et demie environ.

Enlevez le couvercle et laissez dorer pendant quinze minutes.

Passez le jus de cuisson, déglacez et faites-le réduire.

Accompagnez de pommes de terre nature et servez avec une garniture d'épinards.

Veau à la hongroise

● *800 g de viande de veau — 1 os à moelle — 1 oignon — 2 tasses de riz — 4 tasses d'eau — 1 tasse de fromage râpé — 1 cube de bouillon de viande — 2 cuill. à soupe de persil haché — 3 tomates pelées — 1 boîte de champignons — sel — poivre — curry — 1 gousse d'ail — sauce piquante — persil haché.*

Coupez la viande en fines tranches. Pochez l'os à moelle.

Dans un caquelon, faites brunir la viande et les oignons hachés avec la moelle. Ajoutez le riz et faites roussir très rapidement. Allongez la sauce d'un peu de bouillon. Laissez bouillir.

Transvasez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Mélangez le tout avec les tomates pelées, coupées en quatre et les champignons. Assaisonnez de sel, de poivre, de curry et d'ail écrasé.

Fermez la cocotte. Laissez mijoter durant environ cinquante minutes à 200°.

Avant de servir, ajoutez délicatement le fromage râpé et le persil. Relevez le jus de cuisson de sauce piquante.

Accompagnez de salade.

Cette recette n'est pas recommandée pour les régimes amaigrissants.

● **Variantes :**

○ ajoutez au jus de cuisson des poivrons (au vinaigre ou crus) finement hachés et épicez de paprika ; ou

○ ajoutez avant de servir des petits pois très fins ; ou

○ accommodez le plat de ketchup ; ou

○ ajoutez à la préparation 50 g de lard fumé poêlé.

● **Variante serbe originale**

Mélangez un quart de litre de yaourt légèrement battu, de la poudre de paprika, de l'ail écrasé, un oignon finement râpé, du sel et ajoutez le tout à la préparation lorsqu'elle est cuite.

Veau « fricandeau »

● *800 g de rôti de veau — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de jus de citron — 50 g de lard fumé — 1 oignon — 1 tomate — 1 botte de poireaux — 1 céleri — 2 clous de girofle — grains de poivre — 1 verre de vin blanc sec — 1 petite boîte de champignons — 1/8 l de crème fraîche.*

Coupez la viande en dés. Salez, poivrez et arrosez de jus de citron.

Garnissez la RÖMERTOPF, trempée au préalable, de fines tranches de lard. Posez la viande par-dessus.

Faites cuire pendant environ une heure à 220°, après avoir ajouté l'oignon haché, la tomate pelée et les légumes hachés menu, les grains de poivre et les clous de girofle.

Après cuisson, enlevez prudemment les gros morceaux de légumes qui restent. S'ils sont assez ramollis, écrasez-les dans la sauce.

Ajoutez du vin et des champignons. Laissez mijoter encore pendant une heure. Allongez la sauce de crème fraîche.

Accompagnez de légumes (petits pois, châtaignes, chou-fleur ou asperges) et de riz.

Excellente recette de régime. Bien entendu, dans ce cas, il ne faut pas servir la garniture.

Ragoût de veau

● *800 g d'épaule de veau — 300 g d'oignons — 200 g de champignons — 1/4 l de vin rouge — 5 cuill. à soupe de bouillon de viande — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de farine — 1/2 tasse de crème fraîche.*

Coupez la viande en morceaux moyens. Salez et poivrez. Faites brunir au beurre dans une poêle. Déposez ensuite la préparation avec les oignons hachés et les champignons, dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable. Ajoutez le vin rouge et le bouillon.

Couvrez et laissez mijoter pendant deux heures à 225°.

Malaxez une cuillerée de beurre avec de la farine et liez la sauce avec le mélange obtenu.

Chauffez la crème et ajoutez-la à la sauce.

Accompagnez de nouilles au beurre.

Matelote de veau

● *1 kg de viande de veau — 3 cuill. à soupe de beurre — 3 cuill. à soupe de farine — 1 oignon — 2 gousses d'ail écrasé — sel — poivre — 1 bouquet garni — 2 verres de vin rouge — 1 verre de fond de veau — 150 g de petits oignons — 250 g de champignons — 1 cuill. à soupe de persil haché.*

Débitez la viande en morceaux. Passez-les dans de la farine et faites-les revenir légèrement dans du beurre avec l'oignon haché.

Lorsqu'ils ont pris couleur, déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Relevez d'ail. Assaisonnez de sel et de poivre. Incorporez le bouquet garni. Mouillez de vin rouge et ajoutez le fond de veau.

Couvrez et laissez mijoter pendant une heure et demie à 200°.

En fin de cuisson, incorporez les petits oignons et les champignons revenus au beurre préalablement.

Reportez à cuisson et à couvert pendant une vingtaine de minutes.

Au moment de servir, saupoudrez de persil haché.

Accompagnez de pommes de terre cuites à l'eau.

Poitrine de veau farcie

● *800 g de poitrine de veau — 250 g de chair à saucisse — 2 oignons — mie de pain — 1 œuf — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de jus de citron — 1/8 l de crème fraîche.*

Assaisonnez la viande de sel et de poivre. Relevez de jus de citron.

Mélangez le haché avec l'oignon coupé fin, l'œuf et le pain (mouillé et pressé). Epicez.

Faites une large entaille dans la viande. Remplissez-la de farce.

Déposez la viande ainsi préparée dans la RÖMERTOPF trempée au préalable, et ajoutez des noisettes de beurre. Posez le couvercle et laissez mijoter durant deux heures à 200°. Allongez la sauce avec la crème fraîche.

Accompagnez de nouilles au beurre frais.

La viande sans garniture est recommandée pour les régimes amaigrissants.

● **Variantes :**
○ remplacez le haché (ou la moitié seulement) par du foie passé au moulin à viande ; ou
○ ajoutez des lamelles de champignons à la farce ; ou
○ ajoutez du persil et du zeste de citron râpé ; ou
○ ajoutez des petits pois très fins et du persil ; ou
○ ajoutez des poivrons hachés et des tomates pelées et épépinées.

Jarret de veau

● *1 jarret de veau — sel — poivre — poudre de paprika — 1 cuill. à soupe de beurre — 1/2 tasse de vin blanc sec — 1/2 tasse de crème fraîche — bouillon de viande.*

Assaisonnez le jarret de poivre, de sel et de poudre de paprika. Enduisez-le de beurre ramolli et portez-le dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Couvrez la cocotte. Laissez mijoter pendant environ deux heures et demie à 200°.

Après chaque heure de cuisson, arrosez la viande de son jus.

Ensuite, posez la viande sur le grill pendant environ dix minutes, de manière à la rendre croustillante.

A l'aide d'une palette, raclez les bords de la cocotte. Versez le jus dans une autre casserole avec le vin et faites bouillir.

Selon le goût, allongez la sauce d'un peu de bouillon léger et ajoutez de la crème fraîche.

Accompagnez de croquettes de pommes de terre et de différentes salades.

● **Variantes :**
○ garnissez le jarret de lardons ; ou
○ mélangez de la noix de muscade râpée à la sauce ; ou
○ avant de griller la viande, enduisez-la d'œuf battu et enrobez de chapelure.

Osso Buco

● *1 jarret de veau — 2 tomates — 2 cuill. à soupe de ketchup — 1 oignon — 1 cuill. à soupe de beurre fondu — 1 jus de citron — le zeste d'un demi-citron — 2 cuill. à soupe de persil haché — 1 bonne pincée de romarin, de thym et de sauge — 1 à 2 tasses de vin selon goût — 1 tasse de fromage râpé — 1 gousse d'ail.*

Enduisez la RÖMERTOPF, trempée au préalable, de beurre fondu. Salez, poivrez le jarret et saupoudrez-le d'épices.

D'autre part, pelez et coupez les tomates en quatre et ajoutez-les à la viande, ainsi que l'oignon haché. Arrosez de jus de citron et laissez mijoter durant deux heures et demie à 200° minimum.

Entre-temps, arrosez la viande d'un peu de vin.

Pour cette recette, il n'est pas nécessaire d'ajouter du liquide, du fait que les tomates sont riches en jus. Cependant, il faut veiller à mouiller la viande de son jus de cuisson.

Avant de servir, mélangez l'ail écrasé à la sauce. Liez-la avec du fromage. Ensuite, soulevez le jarret et glissez dessous le zeste de citron râpé.

Le porc

Le porc se digère plus facilement lorsqu'il est cuit dans la RÖMERTOPF, du fait qu'on peut le préparer sans graisse ; il y a donc moins de calories. C'est chose appréciable, sans compter que la viande ainsi mijotée est particulièrement savoureuse.

Rôti de porc

● *800 g de rôti — bardes de lard — sel — poivre — 1 oignon — 1 cuill. à soupe de chapelure — 1 cuill. à soupe de beurre — 2 tomates.*

Salez et poivrez le rôti. Tailladez la viande en croisillons et bardez de lard.

Déposez la viande, l'oignon haché et les tomates pelées et coupées en quatre, avec du beurre, dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Saupoudrez le gras de la viande de chapelure.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter dans le jus durant environ deux heures à 200°.

Selon goût, accommodez la sauce en l'allongeant ou en la liant avec de la farine.

Afin de rendre le rôti croustillant, reportez la cocotte ouverte au four pendant une dizaine de minutes.

Servez avec des croquettes de pommes de terre et une salade.

● **Variantes :**

○ ajoutez une cuillerée à thé de romarin en poudre ; ou

○ ajoutez une botte de poireaux, un céleri et deux carottes après avoir imprégné la viande d'ail ; ou

○ ajoutez deux clous de girofle, deux baies de genévrier et une feuille de laurier.

Rôti de porc au jambon

● *850 g de rôti de porc — 4 verres de vin blanc sec — 1 carotte — 1 oignon — 2 échalotes — bouquet garni — 2 gousses d'ail — sel — poivre en grains — farine — 1 cuill. à soupe de beurre — chapelure — 2 cuill. à soupe de beurre fondu.*

Préparez une marinade avec le vin blanc sec, les légumes hachés, le bouquet garni, l'ail écrasé, du sel et des grains de poivre. Posez-y la viande et laissez-la dans cette préparation pendant une demi journée environ.

Egouttez le rôti de porc. Assaisonnez-le de sel et de poivre. Passez-le dans la farine.

Faites dorer au beurre toute la surface.

Dès que le rôti a pris couleur, déposez-le dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Mouillez de marinade passée au tamis.

Couvrez et laissez cuire pendant deux heures quarante minutes à 220°.

Après cuisson, retirez la viande de la cocotte. Passez le jus de cuisson et réduisez-le.

Saupoudrez le rôti de chapelure. Arrosez-le de beurre fondu et faites-le rôtir à découvert dans la RÖMERTOPF pendant dix minutes.

Accompagnez de pommes de terre nature.

Filet de porc niçois

● *800 g de filet de porc — 250 g de tomates — 250 g de champignons — 200 g de jambon cuit — 1 gousse d'ail — un peu de thym, de romarin et de sauge — 1 tasse de crème fraîche — sel poivre — 1 cuill. à soupe de beurre d'anchois — 1 cuill. à soupe de ketchup.*

Coupez la viande en fines tranches. Assaisonnez de sel et de poivre. D'autre part, pelez les tomates et coupez-les en tranches. Mélangez-les avec les champignons coupés.

Tapissez la RÖMERTOPF de jambon cuit. Déposez en couches successives les filets de porc et le mélange de tomates et de champignons Couvrez pour terminer par une ou des tranches de jambon cuit.

Mélangez la crème fraîche avec l'ail écrasé, le ketchup et les épices. Ajoutez à la préparation.

Garnissez de noisettes de beurre d'anchois. Couvrez et laissez mijoter pendant environ une heure à 225°.

Accompagnez de spaghetti.

Cette recette n'est pas indiquée en cas de régime amaigrissant.

● **Variantes :**

○ entre les différentes couches, ajoutez du fromage râpé ; ou

○ mélangez deux jaunes d'œufs avec une demi-tasse de fromage râpé. Ajoutez les blancs battus en neige. Versez le tout sur la dernière couche de jambon cuit. Saupoudrez largement de persil haché.

Filet de porc au cognac

● *4 tranches de filet de porc — 1 cuill. à thé de cumin en poudre — sel — 4 cuill. à soupe de cognac.*

Saupoudrez les filets de cumin et de sel.

Déposez la viande dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, et arrosez d'alcool.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter durant environ une heure à 225°.

Accompagnez de pommes de terre frites et d'une salade, accommodée d'un soupçon d'ail.

Filet de porc aigre-doux

● *1 kg de filet de porc — sel — poivre — 1/2 jus de citron — 2 cuill. à soupe de farine — 1 jaune d'œuf — 1 tasse d'ananas hachés — 1/2 boîte de concentré de tomates — 1 oignon — 1 tasse de bouillon concentré — 1 cuill. à soupe de curry en poudre — 1 cuill. à soupe de Maïzena.*

Coupez le filet en tranches. D'autre part, mélangez le jaune d'œuf avec le sel, le jus de citron, la farine et deux cuillerées à soupe de jus d'ananas. Imbibez les tranches de viande de ce mélange.

Faites-les brunir des deux côtés dans du beurre avec l'oignon haché.

Ensuite, transvasez ces ingrédients dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Incorporez le bouillon, le curry, le concentré de tomates, la Maïzena et l'ananas haché.

Cette recette, d'origine chinoise, doit mijoter dans la cocotte fermée durant environ vingt-cinq minutes à 180°.

Accommodez au sel, avec une pincée de sucre et éventuellement un peu de sauce au soya.

Servez avec du riz.

Cette recette n'est pas indiquée pour un régime amaigrissant.

Côtelettes en ragoût

● *750 g de côtelettes — 1 botte de poireaux — 1 céleri — 1 cuill. à soupe de farine — un peu d'extrait de viande — 1 cuill. à thé de moutarde — un peu d'eau — 3 tomates.*

Faites mijoter, à couvert, les côtelettes pendant une heure à 220° dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Versez un peu d'eau chaude ; ajoutez les poireaux et le céleri coupés, ainsi que les tomates pelées et coupées en quatre.

Laissez mijoter encore durant trente minutes.

Faites brunir les côtelettes pendant dix minutes sur le grill.

Retirez le jus de viande de la cocotte et ajoutez de l'eau, de la moutarde et l'extrait de viande. Liez avec la farine.

Servez avec une purée de pommes de terre et de la choucroute ou une salade.

Ne convient pas pour les régimes amaigrissants.

● **Variantes :**

○ faites mijoter deux oignons hachés avec la préparation ; ou

○ accommodez la sauce au vin blanc sec avec une pincée de sucre ; ou

○ allongez la sauce avec de la crème fraîche ; ou

○ pour donner un goût de gibier à vos côtelettes, ajoutez à la sauce du vin rouge et des baies de genévrier.

Jambonneau avec choucroute

● *1 jambonneau de 750 g à 1 kg — 1 boîte de choucroute au vin blanc — 1 pomme sûre — grains de poivre — 1 feuille de laurier — 2 clous de girofle — 1/2 oignon — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de farine.*

Portez à demi-cuisson le jambonneau, pendant environ une heure.

Déposez la choucroute dans la RÖMERTOPF préalablement trempée.

Pelez la pomme, ôtez le trognon et coupez-la en deux parties. Hachez une moitié et garnissez l'autre d'une feuille de laurier et de clous de girofle. Ajoutez le tout, avec du poivre, à la préparation.

Faites un creux dans la choucroute et posez-y le jambonneau et l'oignon haché.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant une heure et demie à deux heures à 200°.

Avant de servir, liez le jus avec de la farine et épaississez à l'aide de deux cuillerées à soupe de beurre.

Retirez la feuille de laurier et les clous de girofle. Servez avec des pommes de terre farineuses ou en purée.

● **Variantes :**

○ remplacez le jambonneau frais par un jambonneau salé.

Celui-ci doit être passé à l'eau plusieurs heures avant la cuisson. Sans garniture, sans beurre et sans farine, cette recette est indiquée pour les régimes ; ou

○ tapissez le fond de la cocotte de lardons et déposez le jambonneau au milieu de la choucroute ; ou

○ piquez un oignon de clous de girofle et de feuilles de laurier. Couvrez le tout de choucroute. Ajoutez une demi-tasse de vin blanc sec, laissez mijoter dans la RÖMERTOPF couverte.

Porc aux navets

● *800 g de rôti de porc — 1 cuill. à soupe de saindoux — sel — poivre — 3 cuill. à café de sucre fin — 1 verre de bouillon de viande — 2 bottes de navets — 2 cuill. à soupe de beurre.*

Assaisonnez le rôti de porc de sel et de poivre.

Graissez de saindoux la RÖMERTOPF trempée au préalable. Déposez-y la viande. Saupoudrez-la de sucre fin et faites dorer à découvert et à four chaud pendant quinze minutes. Mouillez de bouillon de viande.

Entourez la préparation de petits navets dorés au beurre et assaisonnez de sel, de poivre et de sucre. Achevez la cuisson pendant une heure et demie à 220°.

Dégraissez la sauce avant de servir.

Accompagnez de pommes de terre nature.

Porc au vin rouge

● *800 g de rôti de porc — 1 oignon — 2 carottes — 2 gousses d'ail — thym — laurier — persil — sel — poivre — 2 verres de vin rouge — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de farine — 1 verre de bouillon de viande — 3 cuill. à soupe de câpres.*

Hachez finement les carottes, l'oignon et les gousses d'ail. Liez le bouquet garni. Déposez ces ingrédients dans une terrine avec le vin rouge. Laissez-y mariner la viande pendant une journée.

Egouttez puis faites dorer le rôti sur toute sa surface. Saupoudrez-le de farine et déposez-le dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Mouillez de marinade, de bouillon de viande. Assaisonnez de sel et de poivre.

Portez à ébullition dans le four et couvrez alors la cocotte. Laissez mijoter pendant deux heures à 220°.

Après cuisson, retirez la viande et débitez-la en tranches. Réduisez la sauce et incorporez les câpres.

Accompagnez de croquettes de pommes de terre.

Brochettes

● *200 g de rognons — 200 g de filet de porc — 200 g de lard maigre — 200 g d'oignons — sel — poivre — curry en poudre.*

Nettoyez les rognons. Faites-les mariner pendant une heure dans de l'eau vinaigrée tiède puis coupez-les en tranches.

Passez sur brochettes alternativement un morceau de rognon, une tranche de lard, un morceau de filet et une rondelle d'oignon.

Déposez les brochettes les unes à côté des autres dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Faites cuire à couvert pendant quarante-cinq minutes à 250°.

Saupoudrez de sel, de poivre, de curry et arrosez d'une sauce schaschlik, d'une sauce Worcester ou d'une sauce au soya.

Accompagnez d'une purée de pommes de terre ou de riz.

Donnez libre cours à votre fantaisie en alternant sur les brochettes des morceaux de rognon, de saucisse, de poisson, des tomates, des poivrons, des cornichons et du fromage. Vous avez beaucoup d'autres possibilités !

L'agneau et le mouton

Pour varier les menus, l'agneau et le mouton sont d'une grande ressource. Mais peut-être avez-vous quelques préjugés... et vous vous obstinez à croire que ces viandes sentent le suint et laissent un arrière-goût de chandelle. C'est possible en hiver, quand les bêtes demeurent dans la bergerie. Mais à la belle saison, quand elles ont brouté les herbes aromatiques des pâturages, leur chair a une exquise saveur et vous réaliserez des plats délicieux qui sentent bon le thym, le romarin, la sarriette ou la sauge, grâce à la cocotte RÖMERTOPF qui garde intact tout le parfum.

Si vous craignez un goût trop prononcé, essayez ceci : embal-

lez la viande pendant deux jours dans un linge mouillé de vinaigre ; toute trace de goût de suint y sera absorbée.

L'agneau et le mouton se préparent de la même manière. Toutefois, pour l'agneau, les temps de cuisson sont moins longs.

Nous vous conseillons d'ajouter un peu d'ail à la sauce. Des feuilles de menthe fraîche donnent aussi un parfum agréable.

Selle d'agneau

● *1 kg de selle d'agneau — 1 cuill. à thé de thym — 1 feuille de menthe — 1 gousse d'ail — sel — poivre — 1 cuill. à soupe d'huile — paprika en poudre — 1 oignon — 1 petite boîte de champignons — 2 cuill. à soupe de fromage râpé — 1 jus de citron.*

Déposez la viande dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Salez, poivrez et arrosez de jus de citron. Laissez sécher.

D'autre part, mélangez l'huile avec le paprika, la gousse d'ail écrasée, le thym effeuillé, la menthe et badigeonnez la viande de cette préparation.

Hachez l'oignon et mettez-le, avec les champignons dans la cocotte. Couvrez et laissez mijoter pendant environ une heure un quart à 250°.

Ensuite, mélangez la sauce à la fourchette afin de la rendre homogène, celle-ci étant assez fluide du fait de la cuisson des champignons et de l'oignon.

Servez avec des pommes de terre nature, du riz ou des nouilles au beurre et une salade.

Sans garniture, ce plat est indiqué pour les régimes.

Selle d'agneau à la menthe

C'est la classique recette anglaise.

Les ingrédients et la préparation sont les mêmes que pour la recette précédente. Accompagnez simplement ce plat d'une sauce à la menthe dont voici la recette.

● **Sauce à la menthe**

Ecrasez une cuillerée à soupe de feuilles de menthe. Ajoutez une cuillerée à soupe de sucre et une cuillerée à soupe de vinaigre. Mélangez à l'aide d'une cuillère en bois avec une tasse de bouillon de viande bouillant.

● **Variante :**

○ déposez le jambon d'agneau sans ajouter de graisse dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Arrosez de whisky et laissez rôtir pendant deux heures et demie à 220° dans la cocotte couverte.

Gigot de mouton mijoté

● *1 kg de gigot — 2 cuill. à soupe de beurre — 2 oignons — 1 carotte — 2 tomates — 1 citron — 1/2 l de bière — sel — poivre.*

Salez et poivrez le gigot. Enduisez-le de jus de citron. Laissez mariner.

Faites-le brunir dans du beurre, à la poêle, de tous les côtés.

Déposez la viande dans la RÖMERTOPF avec les oignons hachés, les carottes coupées en rondelles et les tomates pelées et coupées en quartiers.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter durant environ deux heures et demie à 220° (= 7 1/2)

Après une heure de cuisson, mouillez la viande, toutes les trente minutes, avec de la bière légèrement chauffée.

Accompagnez de croquettes de pommes de terre et d'une salade.

Sans garniture, cette recette est valable pour un régime.

Gigot à la paysanne

● *4 tranches de gigot — 1/4 l de vin rouge — 1/4 l de vinaigre de vin allongé — sel — poivre — épices mélangées — 1 gros oignon — 2 gousses d'ail — 200 g de lard fumé — 1 botte de poireaux — 1 céleri — 1 tomate — 1 verre de calvados — 1 cuill. à soupe de beurre.*

Préparez une marinade avec du vin rouge, du vinaigre de vin, du sel, du poivre, des épices, de l'oignon haché et de l'ail écrasé. Ajoutez-y les tranches de viande et laissez mariner pendant un jour au moins.

Tapissez la RÖMERTOPF de lardons. Ajoutez la viande, les poireaux et le céleri hachés, et la tomate. Couvrez de lardons très fins. Passez la marinade et incorporez une tasse de liquide à la viande. Ajoutez le calvados.

Laissez mijoter à couvert pendant deux heures et demie à 220°.

Avant de servir, rectifiez l'assaisonnement et ajoutez un peu de beurre. Allongez la sauce éventuellement avec de la farine et du jus de la marinade.

Accompagnez de croquettes de pommes de terre.

Sans garniture, cette recette est indiquée pour un régime amaigrissant.

Gigot chasseur

● *1 kg de gigot — sel — poivre — 5 baies de genévrier — 50 g de lard fumé — 250 g d'oignons — 250 g de carottes — 1 feuille de laurier — 1 clou de girofle — 1/2 l de vin rouge — 1/2 l de vinaigre de vin — 1/2 citron — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 tasse de crème fraîche — 1 cuill. à soupe de farine.*

Préparez une marinade en faisant cuire pendant dix minutes le vinaigre avec le sel, le poivre, la feuille de laurier et le clou de girofle. Ajoutez les baies de genévrier écrasées, le vin rouge et un peu de zeste de citron.

Laissez mariner le gigot dans cette préparation pendant quatre jours. Ensuite séchez-le et piquez-le de lardons.

Déposez la pièce de viande dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Arrosez d'une tasse de marinade et ajoutez les oignons et les carottes hachés.

Laissez mijoter la viande pendant deux heures et demie à 220° dans la cocotte couverte.

Arrosez entre-temps avec de la marinade.

Mélangez la farine avec la crème fraîche et ajoutez-la à la sauce.

Reportez la cocotte ouverte au four pendant dix minutes, afin que la viande devienne croustillante.

Accompagnez de pommes de terre en robe des champs.

Gigot d'agneau braisé à l'estragon

● *1 gigot d'agneau — 3 cuill. à soupe d'huile — 1 oignon — 1 carotte — 1 grand verre de bouillon de viande — sel — poivre — estragon en branches — 2 cuill. à soupe d'estragon haché.*

Faites étuver dans de l'huile la carotte émincée et l'oignon haché.

Incorporez le gigot et faites-lui prendre couleur sur toute sa surface.

Déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Assaisonnez de sel et de poivre. Versez le bouillon de viande. Entourez la pièce de viande de branches d'estragon. Couvrez et laissez mijoter pendant environ deux heures et demie à 220°.

Après cuisson, retirez le gigot d'agneau. Coupez-le en tranches et déposez-les sur un plat de service tenu au chaud.

Passez la sauce au fin tamis et relevez-la d'estragon haché. Versez en saucière.

Accompagnez de pommes de terre en robe des champs.

Gigot d'agneau à la menthe fraîche

● *1 gigot d'agneau — 3 cuill. à soupe d'huile — 1 oignon — 3 ou 4 gousses d'ail — 1 carotte — 1 grand verre de bouillon de viande — sel — poivre — feuilles de menthe fraîche — 2 cuill. à soupe de feuilles de menthe hachées.*

Faites étuver dans de l'huile l'oignon haché, la carotte émincée et les gousses d'ail écrasées. Ajoutez le gigot et faites-lui prendre couleur de tous côtés.

Déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Assaisonnez de sel et de poivre. Versez le bouillon de viande et relevez de feuilles de menthe fraîche.

Couvrez et laissez mijoter pendant environ deux heures et demie à 220°.

Lorsque la viande est à point, retirez-la de la cocotte et débitez-la en tranches que vous déposez sur un plat de service tenu au chaud.

Passez ensuite la sauce au fin tamis et relevez-la de feuilles de menthe hachées, puis versez en saucière.

Accompagnez de pommes de terre nature.

Ragoût d'agneau

● *1 kg de ragoût d'agneau — 3 cuill. à soupe de beurre — 4 tranches de lard — 1 oignon — 2 cuill. à soupe de*

farine — 2 verres de vin blanc sec — 1 verre de bouillon de viande — 1 petite boîte de concentré de tomates — 4 gousses d'ail — 1 botte de navets — 250 g de carottes — 250 g de haricots verts en boîte — 1 petite boîte de pois fins — 1/2 tasse de fines herbes hachées.

Faites revenir dans une cocotte avec du beurre le lard coupé en dés et l'oignon haché, ainsi que la viande en morceaux. Assaisonnez de sel et de poivre.

Après coloration, déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Saupoudrez de farine. Mouillez de vin blanc sec et de bouillon de viande. Incorporez le concentré de tomates. Relevez d'ail.

Couvrez la cocotte et laisser mijoter à feu doux.

Entre-temps, faites blanchir les navets et les carottes. Ajoutez-les dans la RÖMERTOPF et achevez la cuisson pendant deux heures à 220°.

Après cuisson, ajoutez les haricots verts et les petits pois fins. Rectifiez l'assaisonnement. Incorporez les fines herbes. Liez d'un peu de beurre frais et portez à table.

Ragoût de mouton au curry

● *1 kg de ragoût de mouton — 3 oignons — 2 gousses d'ail — 1 boîte de tomates entières — 1 branche de céleri blanc — 1 pomme — 2 poivrons — 1 zeste d'orange — sel — poivre — 2 cuill. à soupe de farine — 2 cuill. à soupe de poudre de curry — 1 verre de vin blanc sec.*

Débitez la viande en morceaux. Coupez en julienne les oignons, l'ail, la branche de céleri, la pomme et les poivrons ainsi que les tomates.

Déposez ces ingrédients dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Saupoudrez de farine et de curry. Ajoutez le zeste d'orange. Assaisonnez de sel et de poivre.

Mouillez la préparation de vin blanc sec et laissez cuire à couvert pendant deux heures et demie à 220°.

Mouton aux choux frisés

● *600 g de viande de mouton maigre — 750 g de chou frisé — 1 tasse de bouillon de viande — 1 oignon — 2 cuill. à soupe de persil haché — 1 botte de poireaux — 1 céleri — 1 cuill. à thé de cumin en poudre — sel — poivre.*

Râpez finement le chou frisé. Mélangez l'oignon haché avec les poireaux, le céleri et le chou débités.

Déposez ces ingrédients dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Couvrez avec la viande coupée en fines tranches.

Saupoudrez de cumin, de sel et de poivre.

Ajoutez une tasse de bouillon et laissez mijoter le tout pendant deux heures et demie à 220°.

Avant de servir, ajoutez le persil haché. Liez la sauce à l'aide de farine et de beurre (beurre manié).

Accompagnez de pommes nature.

● **Variantes :**
○ ajoutez une gousse d'ail écrasée ; ou
○ faites frire 50 g de lard et incorporez-le à la préparation ; ou
○ ajoutez du yaourt au lieu de bouillon ; ou
○ saupoudrez de chapelure et faites gratiner pendant dix minutes.

Navarin de mouton

● *1 kg de viande de mouton — 1 cuill. à soupe de beurre — 2 cuill. à soupe de farine — 5 gousses d'ail — 3 cuill. à soupe de concentré de tomates — 2 verres de bouillon de viande — sel — poivre — 1 bouquet garni — 12 petits oignons — 250 g de carottes — 1 botte de navets — 1/2 céleri rave — 12 petites pommes de terre.*

Débitez la viande en morceaux et faites-les dorer dans du beurre.

Après coloration, déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Saupoudrez de farine. Ajoutez les gousses d'ail, le concentré de tomates, le bouillon de viande, le sel, le poivre et le bouquet garni ainsi que les légumes.

Couvrez et laissez mijoter environ deux heures un quart à 220°.

En fin de cuisson, ajoutez les pommes de terre blanchies à l'eau.

Les viandes hachées et les abats

Pains de viande et paupiettes seront particulièrement juteux et savoureux si vous les préparez dans la RÖMERTOPF. Et les abats, doucement mitonnés dans cette cocotte, seront vraiment délectables.

Oiseaux sans tête

● *4 oiseaux sans tête — sel — poivre — 4 tranches de lard — 2 oignons — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à café de farine — 1 verre de bière — 1 tranche de pain de mie — 1 cuill. à soupe de moutarde.*

Faites revenir dans du beurre les oignons hachés et des lardons. Ajoutez les oiseaux sans tête et faites-les dorer.

Après coloration, déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Saupoudrez de farine. Mouillez de bière et assaisonnez de sel et de poivre. Ajoutez la tranche de pain de mie badigeonnée de moutarde.

Couvrez et laissez cuire pendant une heure à 250°.

Accompagnez de pommes de terre frites.

Paupiettes à la ménagère

● *4 paupiettes — 2 gousses d'ail — sel — poivre — persil haché — 2 carottes — 3 oignons — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 verre de vin blanc sec — 1 verre de bouillon de viande — thym — laurier.*

Coupez les carottes et les oignons en fines rondelles. Faites-les revenir ensuite dans du beurre. Ajoutez les paupiettes et faites-les dorer.

Après coloration, déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Incorporez le vin blanc sec, le bouillon de viande, l'ail et le persil hachés. Assaisonnez de sel et de poivre. Relevez de thym et de laurier.

Couvrez et laissez mijoter pendant environ une heure à 250°.

Accompagnez d'une purée de pommes de terre.

Paupiettes de veau

● *4 fines tranches de viande de veau — 4 filets d'anchois — 1 cuill. à soupe de câpres — 2 cuill. à soupe de persil — 2 oignons — 50 g de lard fumé — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de farine — sel — poivre — 1 jus de citron — bouillon de viande.*

Salez et poivrez les tranches de viande. Saupoudrez-les de persil, de morceaux de lard, d'oignons, d'anchois hachés et de câpres.

Roulez les tranches de viande et liez-les avec du fil.

Déposez les roulades les unes à côté des autres dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Parsemez la viande de noisettes de beurre.

D'autre part, mélangez une tasse de bouillon de viande avec de la farine et versez dans la cocotte. Couvrez et laissez cuire au four pendant environ une heure à 250°.

Rectifiez l'assaisonnement de la sauce avec du sel, du poivre et du jus de citron.

Accompagnez de nouilles au beurre ou de pommes de terre nature et d'une salade.

● **Variantes :**

Recette du livre de grand-mère :

○ ne farcissez pas la viande. Salez et poivrez avant de la rouler en y déposant des noisettes de beurre. Déposez les paupiettes dans la cocotte, accompagnées de dix oignons de même grandeur et de quatre carottes hachées. Ensuite, saupoudrez de farine. Ajoutez une demi-tasse de vin blanc sec et une demi-tasse de bouillon de viande ;

○ accommodez la viande en la passant des deux côtés dans un mélange de sauge et de romarin avant de la rouler ; ou

○ saupoudrez de fromage râpé et farcissez de haché mélangé avec un œuf, du sel et du poivre ; ou

○ farcissez avec deux œufs durs hachés et mélangés à des cornichons.

Notez que les roulades de veau, à l'encontre des roulades de bœuf, ont un goût moins prononcé. C'est pourquoi il est recommandé d'accommoder la farce et la sauce avec des herbes et des épices, de manière à donner plus de goût à la préparation.

Paupiettes de veau au paprika

● *8 paupiettes de veau — sel — paprika — 4 oignons — 1 cuill. à soupe de saindoux — 1 pointe de couteau de*

poivre de Cayenne en poudre — bouillon de viande — 3 cuill. à soupe de crème fraîche.

Hachez les oignons et faites-les revenir dans le saindoux. Ajoutez les paupiettes saupoudrées de paprika.

Après coloration, déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Mouillez de bouillon de viande. Assaisonnez de sel et de poivre de Cayenne.

Couvrez et faites cuire pendant une heure environ à 250°.

Au moment de servir, liez la sauce de crème fraîche.

Accompagnez de pommes de terre dauphine.

Pain de veau

● *750 g de haché de viandes mélangées — mie de pain — 2 œufs — 1 gros oignon — sel — poivre — 1 pincée de zeste de citron râpé — 500 g de lard gras — 1 cuill. à soupe de farine.*

Mouillez la mie de pain et pressez-la ensuite. Pétrissez ensemble avec les œufs, la viande, l'oignon haché et les épices, jusqu'à obtention d'une sorte de pain.

Déposez-le dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Couvrez avec de fines tranches de lard. Fermez le couvercle et laissez mijoter pendant une heure et quart à 200°.

Otez le couvercle. Ajoutez un peu d'eau et laissez brunir un court moment.

Avant de servir, liez la sauce avec la farine.

Accompagnez de légumes et de pommes de terre nature.

● **Variantes :**

○ à la Bavaroise : hachez environ 100 g de lard que vous faites cuire. Incorporez-le au pain de veau en y ajoutant le gras de cuisson et une cuillerée à soupe de marjolaine ; ou

○ si vous n'aimez pas le lard, n'en ajoutez pas. Mais avant de brunir le pain de veau à la fin de la cuisson, parsemez-le de noisettes de beurre et de chapelure.

○ *Pour un régime* : mélangez 500 g de viande hachée avec 500 g de poivrons coupés en tranches, deux œufs, un oignon haché, du sel, du poivre, une gousse d'ail écrasée et un peu d'eau. Servez sans graisse et sans garniture, uniquement avec de la salade. Cette variante est très appréciée des gourmets.

Boulettes de viande au vin rouge

● *750 g de viande hachée — 1 petit oignon — 1 œuf — 2 cuill. à soupe de chapelure — 1/2 cuill. à thé de thym — 1 verre de vin rouge — 1 cuill. à thé de farine — 2 cuill. à soupe de crème fraîche — sel — poivre.*

Mélangez l'oignon haché avec l'œuf, la chapelure et le haché. Epicez la pâte avec du sel, du poivre et du thym.

Façonnez huit boulettes et déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Avant de couvrir, ajoutez le verre de vin rouge.

Après quarante-cinq minutes de cuisson à 220°, mettez les boulettes dans un plat préchauffé. Liez la sauce dans un récipient séparé en ajoutant la crème, puis la farine.

Versez la sauce ainsi préparée sur les boulettes.

Servez avec des nouilles au beurre.

Tomates farcies

● *8 tomates — 750 g de haché mélangé de bœuf, de veau, de porc ou des restes de viande — 2 oignons — 100 g de lard gras — sel — poivre — persil — 1 œuf — 2 cuill. à soupe de chapelure — 1/4 l de crème fraîche.*

Faites sauter le lard haché dans une poêle et ajoutez l'oignon émincé. Faites brunir légèrement.

Ajoutez la viande hachée et laissez prendre couleur. Assaisonnez de sel, de poivre et de persil haché. Liez avec la chapelure.

Coupez le dessus des tomates et évidez-les. Pétrissez la chair de celles-ci avec la viande. Remplissez les tomates de farce et remettez les couvercles. Déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Couvrez la cocotte et faites mijoter pendant une heure au four à 220°.

Avant de servir, ajoutez la crème fraîche au jus de cuisson. Liez d'un peu de farine.

Accompagnez d'une purée de pommes de terre, de pommes nature farineuses ou de riz.

● **Variantes :**

○ mélangez du fromage râpé à la farce et saupoudrez les tomates d'une bonne couche de fromage râpé ; ou

○ accommodez la viande avec de l'ail ; ou
○ mélangez à la viande quatre œufs, une pincée de sel, un oignon râpé et beaucoup de ciboulette hachée. Ajoutez deux cuillerées à soupe de fromage râpé. Remplissez les tomates de cette farce.
○ **Les poivrons, les aubergines, les concombres et les oignons farcis** se préparent de la même manière.

Pommes farcies

● *4 grandes pommes sûres — 1 tasse de restes de viande de veau, de bœuf ou de volaille — 1 pincée de sucre fin — 1 peu de sauce au soya — 1 cornichon — 1 à 2 oignons hachés finement — 1/2 tasse de chapelure — 2 cuill. à soupe de beurre.*

Pelez et épépinez les pommes. Prenez garde à ce qu'elles ne tombent pas en morceaux.

Remplissez les pommes de la farce suivante : mélangez, au mixer, les restes de viande ou de volaille et ajoutez le cornichon haché et l'oignon. Ajoutez le sucre et la sauce au soya.

Déposez les pommes farcies dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

D'autre part, pétrissez la chapelure avec le beurre et saupoudrez-en les pommes.

Couvrez la cocotte et laissez cuite environ cinquante minutes à 180°.

Selon goût, faites roussir ensuite la préparation en cocotte ouverte.

● **Variantes :**
○ faites brunir deux cuillerées à soupe de lard haché avec un demi-oignon haché. Brunissez en même temps 100 g de chair à saucisse. Ajoutez trois cuillerées à soupe de crème fraîche et deux cuillerées à soupe de cognac. Liez avec un peu de farine. Remplissez les pommes et faites cuire selon la recette originale ; ou
○ variez avec une farce à l'aigre-doux : mélangez 100 g de viande hachée, une cuillerée à soupe de noix hachées, une cuillerée à soupe de raisins de Corinthe, trois cuillerées à soupe de fromage râpé. Incorporez un peu de crème fraîche. Epicez de sel, de sucre et de poivre.

Chou farci

● *1 grosse tête de chou blanc — 600 g de viande hachée — 1 oignon — 1 œuf — 1 cuill. à thé de marjolaine — sel — poivre — 200 g de lard fumé très maigre — 1 cuill. à soupe de beurre.*

Enlevez les grandes feuilles du chou.

Garnissez de ces feuilles le fond de la RÖMERTOPF, trempée au préalable, sur une épaisseur d'un centimètre environ.

D'autre part, faites cuire à demi le cœur du chou (environ 500 g). Passez-le au mixer ou hachez-le. Mélangez avec la viande hachée, l'oignon coupé, le sel, le poivre et la marjolaine. Incorporez le lard haché.

Déposez cette pâte sur les feuilles de chou dans la cocotte. Couvrez avec des feuilles de chou.

Posez le couvercle et laissez mijoter pendant une heure et demie à 200°.

Avant de servir, garnissez de noisettes de beurre.

Accompagnez d'une purée de pommes de terre ou de pommes nature farineuses.

Cette recette est déconseillée dans les cures d'amaigrissement.

Foie de veau à la bourgeoise

● *800 g de foie — 150 g de lard fumé — 1/4 l de vin rouge — 4 tomates — 200 g d'oignons — 200 g de carottes — 2 cuill. à soupe de beurre.*

Nettoyez le foie et enlevez les nerfs. Piquez-le de lardons.

Faites colorer le foie des deux côtés dans du beurre.

Déposez-le dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez les oignons et les carottes hachés, ainsi que les tomates pelées, évidées et coupées en quartiers. Saupoudrez de sel, de poivre et ajoutez le vin.

Laissez mijoter à 200° pendant une heure et demie à deux heures.

Selon goût, liez la sauce avec de la farine.

Accompagnez d'une purée de pommes de terre ou de nouilles au beurre.

Rognons de veau rôtis

Même préparation que dans la recette précédente et temps de cuisson identique. Pour les ingrédients, remplacez le foie par des rognons que vous nettoyez soigneusement.

Ces deux recettes conviennent particulièrement pour les régimes amaigrissants.

Cœur de veau à la sauce piquante

● *1 cœur de veau — sel — poivre — 2 baies de genévrier — lardons pour farcir — 1 oignon — 1 pincée de sucre — 1 cuill. à soupe de beurre — 1/2 tasse de vin blanc sec — 1 tasse de bouillon de viande.*

Coupez le cœur en huit morceaux. Salez, poivrez et, ensuite, farcissez de lardons. Déposez la viande avec les baies de genévrier, l'oignon haché et le bouillon dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Laissez mijoter pendant environ une heure un quart à 200° dans la cocotte fermée.

Otez le cœur de la sauce et tenez-le au chaud.

A l'aide d'une palette, versez la sauce dans un récipient séparé. Ajoutez le vin blanc et accommodez avec une pincée de sucre, du sel et du beurre. Liez éventuellement avec de la farine.

Servez avec une purée de pommes de terre ou des pommes nature et une salade.

Sans la garniture, cette recette est recommandée pour les régimes à basse teneur en hydrates de carbone.

● **Variantes :**
○ remplacez le liquide par de la crème fraîche ; ou
○ ne découpez pas le cœur, mais ouvrez-le et remplissez-le de haché ; ou
○ relevez la sauce avec des câpres ou du beurre d'anchois.

Boulettes de foie sur choucroute

● *1 kg de choucroute — 6 baies de genévrier — 1 cuill. à thé de cumin en poudre — 1/2 tasse de jus de pomme — 1/2 tasse d'eau.* Pour les boulettes de foie : *250 g de foie de génisse haché — 2 œufs — 1 gousse d'ail — 1 cuill. à thé de marjolaine — 1 tasse et demie de chapelure — sel.*

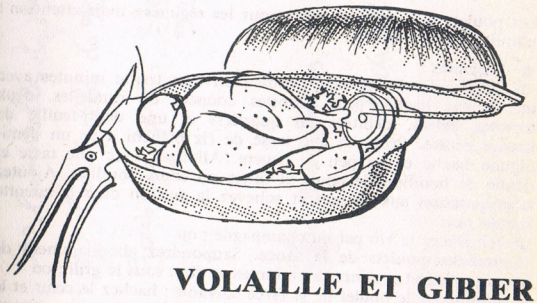
Mélangez le foie haché avec les œufs, l'ail pressé et relevez de marjolaine. Salez selon goût et ajoutez de la chapelure pour obtenir une pâte homogène. Formez six à huit boulettes.

Déposez la choucroute en une couche uniforme dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez les baies de genévrier et le cumin en poudre. Mélangez le jus de pomme à l'eau et incorporez à la préparation. Déposez les boulettes sur la choucroute et laissez mijoter pendant une heure un quart au four à 220°.

Portez la cocotte sur la table.

Servez avec des pommes de terre en purée décorée de quelques noisettes de beurre frais.



VOLAILLE ET GIBIER

Si vous appréciez la volaille, procurez-vous la RÖMERTOPF spéciale pour la volaille. Comme la cocotte ordinaire est trop petite pour les oies, poulardes et canards, la firme Bay a conçu un modèle plus grand, vraiment pratique.

La volaille

La volaille, quand elle est préparée dans une RÖMERTOPF, est particulièrement juteuse. Faites-en l'expérience : vous vous lècherez les doigts !

Poulets ou poulettes rôtis

● *2 poulets ou poulettes — sel — poivre — 2 cuill. à soupe de beurre — 1/2 tasse de vin blanc sec — un peu de bouillon de poule.*

Salez et poivrez les poulets et badigeonnez-les de beurre fondu.

Déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez du beurre et les foies hachés. Mouillez avec un peu de vin blanc. Fermez le couvercle et faites rôtir pendant une heure un quart à 200°.

Allongez éventuellement la sauce avec un peu de bouillon de poule.

Accompagnez de riz, de pommes de terre frites, de légumes fins ou d'une salade.

Les poulets sont recommandés pour les régimes ; mais attention ! n'utilisez pas de beurre.

● **Variantes :**

○ faites cuire les poulets pendant environ trente minutes avec un oignon haché, deux carottes coupées en rondelles, deux tomates pelées, débitées en quartiers et une demi-feuille de laurier écrasé. Préparez une tasse de riz blanchi avec un demi-oignon haché et un peu de beurre. Allongez avec une tasse et demie de bouillon de poule et faites un court bouillon. Ajoutez la préparation aux poulets et achevez la cuisson dans la cocotte fermée ; ou

○ remplacez le vin par du champagne ; ou

○ ôtez les poulets de la sauce. Saupoudrez abondamment de fromage râpé et gratinez dix minutes au four sous le grill ; ou

○ remplissez le poulet de la farce suivante : hachez le cœur et le foie très finement. Mélangez à cette préparation un oignon haché, une gousse d'ail écrasé, une demi-tasse de jambon coupé très fin, une demi-tasse de vin blanc sec, du sel, du poivre, une pincée de thym, une pincée de sauge et un quart de feuille de laurier écrasé ; ou

○ servez les poulets saupoudrés abondamment de persil haché.

Poulets à ma façon

● *2 poulets ou poulettes — sel — poivre — 1 petite boîte de champignons coupés — 1 oignon — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de persil haché.*

Egoutter les champignons coupés. Laissez-les prendre couleur avec un oignon débité en rondelles dans du beurre manié au persil.

Salez et poivrez les poulets. Introduisez-y la farce. Portez à cuisson dans la RÖMERTOPF selon la méthode habituelle.

● **Variantes :**

○ enduisez les poulets avant leur cuisson d'une pâte homogène préparée de cette façon : pétrissez deux cuillerées à soupe de chapelure, une cuillerée à soupe de beurre, une cuillerée à soupe de curry en poudre et une cuillerée à soupe de citron ; ou

○ piquez à la fourchette un citron bien lavé pour chaque poulet. Introduisez-le en guise de farce avec du persil haché. Pendant la cuisson, le jus de citron s'écoulant donne à la fois une saveur douce et piquante.

Poulet « Mas de Sabot »

● *2 petits poulets bridés — sel — poivre — 100 g de lard maigre — 2 cuill. à soupe d'huile d'olive — 1 oignon haché — 2 verres de vin blanc sec — 1 boîte de tomates pelées et épépinées — persil haché — ail haché — olives noires — 2 aubergines.*

Faites revenir les volailles dans l'huile d'olive. Après coloration, déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez des lardons, l'oignon haché, les tomates, l'ail, le persil, le sel, le poivre, des rondelles d'aubergines ainsi que les olives dénoyautées.

Mouillez de vin blanc sec et laissez mijoter à couvert pendant une heure et demie à 220°.

Poulet bourguignon

● *2 poulets ou poulettes — sel — poivre — 1 jus de citron — 50 g de beurre — 1 oignon — 1 tasse de crème fraîche — 1 tasse de vin de Bourgogne — 1 verre à liqueur de cognac — 1 feuille de laurier — 1 botte de persil — 1 pincée de thym — 1 pincée d'estragon — noix de muscade râpée — 1 petite boîte de champignons — 50 g de lard fumé.*

Salez, poivrez et arrosez de jus de citron les poulets. Deposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Couvrez avec des lardons. Mélangez la crème fraîche avec le vin et ajoutez les épices. Nappez les poulets de cette préparation.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant environ une heure à 250°. Ouvrez la cocotte et retirez les poulets et la sauce. Reportez les poulets à cuisson dans la cocotte ouverte pendant environ dix minutes, afin de leur donner du croustillant.

Entre-temps, passez la sauce. Incorporez à celle-ci du beurre et des champignons. Liez, selon goût, avec un peu de farine et relevez de cognac.

Pour les régimes, supprimez le beurre et le lard. Ne liez pas la sauce et remplacez la crème fraîche par du yaourt.

Fricassée de poulet à la provençale

Lorsque vous voulez préparer une fricassée de poulets, vous pouvez utiliser des poules à bouillir. Elles sont plus économiques. Mais, dans ce cas, il y a lieu de les « précuire » dans un peu d'eau, ou de doubler les temps de cuisson. Dans le premier cas, conservez le bouillon pour l'ajouter au cours de la cuisson.

● *2 poulets — 6 tomates — 2 poivrons — 1/2 tasse de vin blanc sec — 1/2 tasse de bouillon de poule — 1/2 citron — sel — poivre — thym — 1 gousse d'ail.*

Coupez les poulets en morceaux. Salez, poivrez et déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez les poivrons coupés, les tomates pelées, épépinées et débitées en quartiers, ainsi que l'ail écrasé.

D'autre part, mélangez le bouillon et le vin blanc. Salez, poivrez, ajoutez le thym et le jus de citron.

Arrosez les poulets de cette préparation.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant environ une heure et demie à 225°.

Servez avec du riz et une salade.

Sans garniture, cette recette est idéale pour les régimes amaigrissants.

Fricassée au paprika

● *2 poulets ou 1 poule — 100 g de lard fumé — 1/2 oignon — sel — paprika doux — 1/4 l de bouillon de poule — 1/4 l de crème fraîche — 1 cuill. à soupe de farine — 1 cuill. à soupe de jus de citron — 1 cuill. à soupe de persil haché — fromage râpé.*

Coupez la volaille en morceaux. Salez et enrobez chaque morceau de poudre de paprika (attention ! pas de paprika fort).

D'autre part, dorez des lardons dans une poêle et mettez-les dans le fond de la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez les morceaux de volaille, l'oignon haché et le bouillon. Posez le couvercle et laissez mijoter pendant une heure et demie à 200°.

Incorporez le jus de citron et la crème fraîche. Liez avec la farine.

Saupoudrez la préparation de fromage râpé et faites gratiner pendant environ dix minutes, au four, sans couvercle.

Accompagnez de riz, de pommes de terre nature ou de pommes de terre frites.

Sans garniture et sans graisse, c'est une bonne recette amaigrissante.

● **Variantes :**

○ faites cuire séparément des champignons, des petits pois ou des bouquets de chou-fleur et ajoutez ces ingrédients à la préparation ; ou

○ accommodez avec du concentré de tomates.

Poule au riz

● *1 poule — 2 oignons hachés — 2 clous de girofle — 1 boîte de tomates pelées et épépinées — 2 gousses d'ail — 1 bouquet garni — sel — poivre — 1 verre de vin blanc sec — 1 verre d'eau — 4 cuill. à soupe d'huile — noix de muscade râpée — safran — 4 tasses de riz cuit.*

Débitez la poule et faites revenir les morceaux dans de l'huile avec les oignons hachés.

Après coloration, déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Assaisonnez de sel, de poivre. Ajoutez les clous de girofle, le bouquet garni, l'ail et les tomates.

Mouillez de vin blanc sec et d'eau. Couvrez et laissez mijoter pendant environ deux heures à 200°.

Après cuisson, incorporez le riz. Relevez de noix de muscade râpée et de safran.

Avant de servir, reportez à découvert au four doux pendant quelques minutes.

Poularde rôtie

● *1 poularde — sel — 1 jus de citron — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 petite boîte de champignons — un peu de bouillon de poule — 1 cuill. à soupe de persil haché — 1 cuill. à soupe de farine — 2 branches de thym.*

Salez et arrosez de jus de citron, l'intérieur et l'extérieur de la poularde.

Déposez-la dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Incorporez le thym dans la poularde. Badigeonnez de beurre fondu. Ajoutez les champignons et le persil haché. Faites rôtir pendant environ une heure quarante minutes à 220°.

Sortez la poularde de son jus et mettez-la sur le grill durant environ dix minutes. Avant cette opération, arrosez avec le jus et saupoudrez à nouveau de paprika doux.

Entre-temps, retirez la sauce de la cocotte et, dans un récipient à part, allongez-la avec de l'eau.

Ajoutez-y du bouillon et du persil haché. Servez en saucière.

Accompagnez de légumes fins tels que petits pois, asperges, chou-fleur ou de riz créole.

Poularde farcie

● *1 poularde — mie de pain — 125 g de haché de viandes mélangées — 1 œuf — 30 g d'amandes pilées — 1 petite boîte de cerises du nord — sel — poivre — paprika — 1 jus de citron — 2 cuill. à soupe d'huile — sucre fin — cannelle.*

Enduisez la poularde de sel et de jus de citron. Pétrissez la mie de pain ramollie puis pressée avec le haché, l'œuf, les cerises dénoyautées, les amandes pilées et remplissez la poularde de cette farce.

Cousez la volaille. Badigeonnez-la d'huile et saupoudrez-la de paprika.

Dans la grande RÖMERTOPF fermée, trempée au préalable, faites rôtir pendant environ une heure et demie à 250°.

Gardez ensuite la poularde au chaud. Retirez le jus de cuisson et liez avec de la farine.

Relevez la sauce avec du sucre et de la cannelle.

Servez avec des croquettes de pommes de terre et une salade.

● **Variantes :**

○ la poularde peut être piquée ou garnie de lardons ; ou

○ ajoutez à la cuisson une tasse de vin blanc sec. Celui-ci est totalement absorbé par la volaille et donne un goût très fin.

Poularde aux raisins

● *1 poularde — sel — 1 jus de citron — noix de muscade râpée — 250 g de poires — 250 g de raisins frais — 100 g de lard fumé.*

Enduisez la poularde, intérieurement et extérieurement, avec du sel, du jus de citron et de la noix de muscade.

D'autre part, pelez des poires, ôtez les pépins et mélangez avec des raisins coupés en quatre.

Ajoutez du lard fumé coupé fin à cette préparation et déposez la farce dans la poularde.

Faites cuire dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable selon la méthode habituelle.

Fricassée de poularde

● *1 poularde — 100 g de lard fumé gras — 3 carottes — 1 petit oignon — 2 cuill. à soupe de persil haché — 1 tasse de bouillon de poule — 1 verre à liqueur de cognac — 1 cuill. à soupe de ketchup — 50 g d'olives — sel — poivre en grains moulu.*

Coupez la poularde. Déposez les morceaux dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

D'autre part, cuisez le lard en tranches fines à la poêle et ajoutez l'oignon haché menu.

Versez le tout sur les morceaux de poularde.

Ajoutez les carottes coupées très finement, le persil haché le bouillon, la pincée de sel et le poivre fraîchement moulu. Fermez la cocotte et laissez rôtir au four pendant deux heures à 200°.

Retirez délicatement la sauce et relevez-la de ketchup et de cognac. Ajoutez des olives et liez avec de la Maïzena.

Accompagnez de riz ou de pommes de terre frites avec une salade.

Cette recette ne convient pas pour un régime amaigrissant.

Dinde rôtie

● *1 dinde — sel — poivre — 2 cuill. à soupe de beurre fondu — 1/2 l de bouillon de poule.*

Salez et poivrez la dinde intérieurement et extérieurement.

Déposez-la dans la grande RÖMERTOPF, trempée au préalable, avec des noix de beurre. Ajoutez un peu de bouillon et laissez mijoter pendant deux heures et demie à 200°.

Arrosez environ toutes les trente minutes avec du bouillon (la viande de la dinde n'étant pas très grasse). Liez éventuellement la sauce.

Dinde farcie

● *1 dinde — sel — poivre — 2 cuill. à soupe de beurre fondu — 1/2 l de bouillon de poule — 250 g de haché de viandes mélangées — 250 g de champignons coupés.*

Salez et poivrez la dinde intérieurement et extérieurement.

D'autre part, préparez une farce classique en pétrissant un mélange du foie et du cœur de la volaille avec du haché de viande. Epicez et incorporez les champignons.

Remplissez la dinde de cette farce et déposez-la dans une grande RÖMERTOPF, trempée au préalable. Ajoutez un peu de bouillon et laissez mijoter pendant deux heures et demie à 200°.

Mouillez la dinde de bouillon, en cours de cuisson, environ toutes les trente minutes. Liez la sauce avant de servir.

● **Variantes :**

○ mettez des châtaignes dans de l'eau bouillante jusqu'à ce que l'écorce s'enlève. Faites-les sauter avec du lard gras haché. Relevez avec de l'alcool fort et remplissez la dinde ; ou

○ comme aux U.S.A., mangez la dinde à la sauce moutarde que vous préparez de cette façon : faites brunir deux cuillerées à soupe de farine avec deux cuillerées à soupe de beurre. Ajoutez un peu de bouillon. Epicez avec une cuillerée à soupe de moutarde, ou même plus selon votre goût. Vous pouvez également ajouter à la sauce des cerises confites.

Dinde aux légumes

● *1 petite dinde — 400 g de choux de Bruxelles — 400 g de tomates pelées — 250 g de champignons — 2 oignons — sel — poivre — paprika — 1 gousse d'ail — 1 bouillon de poule — 1 cuill. à soupe d'huile — 60 g de lard fumé — 1 sachet d'épices préparées.*

Déposez dans la cocotte les choux de Bruxelles nettoyés, les tomates coupées en quatre, les champignons et l'oignon haché.

Ajoutez le bouillon. Mélangez le poivre, le sel, le paprika, l'ail écrasé et l'huile. Badigeonnez la dinde de cette préparation.

Garnissez-la de fines tranches de lard, puis déposez-la dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Laissez mijoter au four durant environ deux heures et demie à 220°.

Retirez la dinde et tenez-la au chaud. Ajoutez au jus le sachet d'épices et faites bouillir le tout un court moment.

Servez avec des croquettes de pommes de terre.

Dinde chasseur

● *1 dinde — 60 g de lard fumé — sel — poivre — 1 gousse d'ail — 3 cuill. à soupe d'huile — un peu de bouillon de poule — mie de pain — 250 g de haché de viande — 1 œuf — 5 baies de genévrier — marjolaine — thym — 1 tasse de vin rouge — 1 petite tasse de champignons coupés.*

Mélangez le sel, le poivre, l'ail écrasé et badigeonnez la dinde de cette préparation.

Garnissez-la de fines tranches de lard et remplissez d'une farce composée de mie de pain pressée et mouillée d'un peu de bouillon, de l'œuf, de baies de genévrier et d'épices comme la marjolaine et le thym effeuillé.

Déposez la dinde dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, et laissez mijoter durant deux heures et demie au four à 220°.

Ajoutez une tasse de vin rouge en fin de cuisson, ainsi que le contenu de la boîte de champignons.

La chair de la dinde est recommandée pour les régimes, à condition de supprimer le lard ou toute sauce liée avec de la crème fraîche.

● **Variantes :**
○ selon la recette de grand-maman : enduisez la dinde d'une épaisse couche de beurre. Couvrez avec du papier huilé (ce qui empêche de dessécher) ou utilisez du papier d'aluminium ; ou
○ accommodez la sauce avec un peu de curry et de gingembre. Ajoutez des quartiers de mandarine et quatre cuillerées à soupe d'ananas coupés. Servez avec du riz. Voilà la dinde à la mode américaine.
○ *Garniture classique* pour la dinde : des pommes de terre et du chou rouge.

Oie rôtie

● *1 oie (pas trop grande) d'environ 5 à 6 kg — 1 pomme — de la mie de pain — 1 cuill. à thé de marjolaine — sel — poivre.*

Salez et poivrez l'oie.

Préparez une farce de la manière suivante : nettoyez le foie et le cœur de la volaille. Pelez la pomme et ôtez les pépins. Faites ramollir la mie de pain. Passez le foie, le cœur et la pomme au mixer. Mélangez avec le pain et assaisonnez de sel, d'un peu de poivre et de marjolaine.

Remplissez l'oie de cette farce. Déposez-la, poitrail en dessous, dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, et couvrez. C'est important, car, pendant la première heure, l'oie ne peut brunir ; sans cela, elle serait trop sèche.

Laissez mijoter pendant deux heures et demie à trois heures à 220°.

Après environ deux heures, ôtez le couvercle et retournez l'oie en l'arrosant de son jus et d'un peu d'eau tiède. Cela donne du croustillant.

Enlevez l'oie et déposez-la sur un plat chaud. Eventuellement, ôtez la farce et servez-la à part.

Accompagnez de croquettes de pommes de terre, de choucroute, de chou rouge ou d'une compote de pommes.

Cette recette est excellente pour les régimes, sans les garnitures et sans la farce.

● **Variantes :**
○ si vous n'aimez pas que l'oie soit grasse, piquez à la fourchette les chairs à haute teneur de graisse pour que celle-ci s'écoule ;
○ remplissez l'oie avec 1 kg de pommes sûres et 200 g de raisins frais ; ou
○ remplissez avec 500 g de châtaignes ; ou
○ farcissez d'un mélange de viande préparée comme pour des fricadelles. Ajoutez, de toute manière, le foie et le cœur coupés très fin ; ou
○ farcissez de 750 g de châtaignes pelées et cuites mélangées à 150 g d'ananas coupés ; ou
○ cuisez à moitié 200 g de riz. Mélangez-le avec un œuf, 200 g de foie de bœuf, le foie et le cœur de la volaille émincés et un oignon haché. Epicez et déposez cette farce dans l'oie préalablement frottée d'ail ; ou encore :
○ une farce à la mode de grand-maman : pétrissez quatre pommes sûres râpées avec une tasse de pruneaux. Ramollissez dans du lait. Ajoutez une couque aux amandes, une tasse de raisins de Corinthe, un peu de cannelle râpée, quelques baies de genévrier, du sel, du poivre et un demi-oignon haché finement ; ou
○ ajoutez des demi-champignons à la farce.

Fricassée d'oie à la strasbourgeoise

● *1 kg de morceaux d'oie — 1 boîte de choucroute au vin — 1 tasse de jus de pomme — du cidre ou du vin blanc sec — 2 cuill. à soupe de graisse d'oie — 1 coing — 1 verre de calvados — 1 oignon — 3 clous de girofle — 2 feuilles de laurier — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de miel.*

Dans une poêle, faites prendre couleur aux morceaux de volaille dans la graisse d'oie. Salez et poivrez.

Déposez la choucroute dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Coupez l'oignon en deux et garnissez chaque moitié de clous de girofle et de laurier. Incorporez à la choucroute. Pelez ensuite le coing, épépinez-le et coupez-le en tranches à ajouter également à la préparation.

Versez le jus de pomme ou le vin mélangé avec le miel.

Couvrez le tout de morceaux d'oie.

Fermez la cocotte et laissez mijoter pendant deux heures et demie à trois heures à 250°.

Retirez l'oignon. Servez les morceaux de volaille séparément.

Mélangez à la choucroute des épices et le verre de calvados.

○ *Garniture.* En Alsace, la casserole d'oie est servie avec de délicieuses pommes de terre préparées de la manière suivante : brossez les pommes de terre crues sous le jet d'eau d'un robinet ; coupez-les dans leur longueur et placez-les sur la plaque dans le four ; salez et poivrez, puis laissez cuire jusqu'à ce que les pommes de terre tombent pratiquement en morceaux. N'oubliez pas de placer sur chaque demi-pomme de terre une noisette de beurre pour la cuisson.

Tête pressée de volaille

● *Restes de volaille — 1 paquet de gélatine — 1 verre de vin blanc sec — 1 jus de citron — sel — sauce piquante — 12 petits cornichons — 6 petits oignons — gelée d'aspic.*

Coupez des restes de volaille en fines tranches. Mélangez de la gélatine avec du vin et du jus de citron. Assaisonnez de sel et relevez d'une sauce piquante.

Dans un récipient, alternez une couche de chair de volaille, une couche de cornichons et de petits oignons, puis remplissez avec de la gelée d'aspic.

Selon goût, ajoutez des morceaux d'asperges, des lamelles de champignons et des petits pois.

Canard à la bruxelloise

D'une manière générale, le canard demande un temps de cuisson d'une heure et demie à deux heures.

Les indications concernant le régime sont identiques à celles notées pour les oies.

● *1 canard — sel — poivre — 1 pincée de cannelle — 1/2 cuill. à thé de sucre fin — 1/2 tasse de bouillon de poule — 1/2 tasse de vin blanc sec — 250 g de cerises du nord dénoyautées — 1 cuill. à soupe de Maïzena.*

Salez et poivrez le canard. Faites-le rôtir dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Pendant la cuisson, arrosez de bouillon. Retirez le canard lorsqu'il est à point. Détachez la sauce de la cocotte et accommodez-la dans un récipient à part, avec de la cannelle, du sucre, du vin et des cerises. Liez avec de la Maïzena.

Accompagnez de croquettes de pommes de terre ou de pommes frites.

Canard aux ananas

Faites cuire le canard sans farce dans la RÖMERTOPF trempée au préalable, selon la méthode habituelle. Accompagnez-le d'une sauce à l'ananas.

Pour cela, épicez le jus de cuisson avec une tasse d'ananas coupés en morceaux. Ajoutez une pincée de curry en poudre, un peu de gingembre et un verre à liqueur de cognac.

Accompagnez de croquettes de pommes de terre.

Canard à l'orange

Faites rôtir le canard sans farce. Mélangez au jus de cuisson le jus et le zeste d'une orange et d'un demi-citron. Incorporez un sachet de poudre d'épices mélangées, une pincée de sucre et des tranches d'orange. Liez avec une cuillerée à soupe de Maïzéna délayée préalablement dans un peu d'eau.

Accompagnez de riz cuit et mélangé à beaucoup de persil.

Canard à la choucroute

● *1 canard — 800 g de choucroute — sel — poivre — 1/4 l de bouillon de poule — 1 poivron frais ou en conserve — 1 cuill. à soupe de Maïzena.*

Mélangez la choucroute et le poivron coupé et déposez cette préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Coupez le canard en morceaux. Salez, poivrez et ajoutez-les dans la cocotte. Incorporez le bouillon de poule et couvrez.

Faites mijoter pendant environ deux heures.

Sortez les morceaux de volaille et gardez-les au chaud.

Eventuellement reportez ceux-ci sur le grill pour qu'ils soient bien dorés.

Liez la choucroute avec la Maïzena diluée préalablement dans un peu d'eau.

Canard à la niçoise

● *1 canard — 1 kg de tomates — 300 g d'olives dénoyautées — 2 verres à liqueur de cognac — 2 verres à liqueur de vin blanc sec — 1 gousse d'ail — sel — poivre — romarin — thym et autres épices.*

Déposez le canard salé, poivré et frotté d'ail dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Coupez les olives en rondelles. Pelez et épépinez les tomates. Coupez-les et ajoutez la garniture dans la cocotte.

Saupoudrez de romarin, de thym et d'aromates. Mouillez de cognac et de vin blanc.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter d'une heure et demie à deux heures à 250°.

Canard sauvage

Faites cuire le canard sans farce dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, selon la méthode habituelle.

Mais comme la chair sauvage est peu grasse, il est nécessaire de couvrir le canard de tranches de lard. Prévoyez deux canards pour quatre personnes.

Pigeon rôti farci

Choisissez de préférence de jeunes pigeons. Si vous n'avez à votre disposition que des bêtes plus âgées, faites-les bouillir au préalable pendant une heure environ.

● *4 pigeons — mie de pain — 2 cuill. à soupe de persil — 4 œufs — sel — poivre — noix de muscade râpée — 3 cuill. à soupe de beurre.*

Salez légèrement les pigeons intérieurement et extérieurement.

Trempez la mie de pain dans un peu d'eau. Pressez et mélangez avec les cœurs et les foies hachés. Ajoutez du persil et faites sauter à la poêle dans le beurre.

Ensuite, incorporez les œufs et relevez de sel, de poivre et de muscade râpée.

Remplissez les pigeons de cette farce. Déposez-les dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable.

Garnissez de noisettes de beurre et laissez cuire environ une heure et demie à 200°.

Entre-temps, mouillez avec le jus de cuisson ou avec du bouillon de poule.

Accompagnez de pommes de terre nature et de diverses salades.

Potée de pigeon

● *4 pigeons — 50 g de lard fumé — 1 oignon — 1 cuill. à soupe de persil — 1 pincée de thym — un peu de zeste de citron râpé — 1 tasse de bouillon de poule — le jus d'un demi-citron — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de Maïzena.*

Garnissez la RÖMERTOPF, trempée au préalable, de tranches de lard.

Coupez les pigeons en morceaux et déposez-les dans la cocotte. Saupoudrez d'oignon haché finement, de persil, de thym et de jus de citron. Salez et poivrez.

Ajoutez le bouillon et laissez mijoter à couvert pendant une heure et demie à 200°.

Selon le goût, incorporez un peu de vin et du beurre frais. Liez avec la Maïzena délayée au préalable dans un peu d'eau.

● **Variantes :**

○ couvrez les pigeons de bardes de lard avant la cuisson ; ou

○ pour la fricassée, « précuisez » des morceaux d'asperges, des champignons, des bouquets de chou-fleur ou des petits pois. Ajoutez ces ingrédients aux pigeons et laissez cuire ensemble pendant dix minutes.

Le gibier

Lapin sauvage

● *1 lapin sauvage — 125 g de lard — 1 botte de poireaux — 1 céleri — 1 tasse de vin rouge — 1 tasse de crème fraîche — 1 gousse d'ail — 1 cuill. à soupe de ketchup — 1 pincée de sucre fin — 1 pincée de romarin effeuillé — 1 cuill. à soupe de confiture d'orange — sel — poivre au moulin.*

Nettoyez le lapin. Séchez-le et enduisez-le de sel et de poivre moulu.

Couvrez de lardons le fond de la RÖMERTOPF, trempée au préalable. Ajoutez la viande et couvrez à nouveau de lardons.

Laissez cuire, sans ajouter de liquide, pendant environ quarante minutes à 250°.

Ensuite, incorporez les légumes hachés, l'ail écrasé, le ketchup, le sucre, les épices et la confiture, ainsi que le vin et la crème fraîche préchauffée (afin d'éviter que la cocotte saute sous l'effet du chaud et froid).

Faites mijoter encore deux heures à 220°.

Liez la sauce et servez avec des pommes de terre frites.

Recette à conseiller pour les régimes, mais attention aux garnitures...

● **Variantes :**

○ ajoutez du vin rouge, 250 g de champignons et deux tomates, après les premières quarante minutes de cuisson ; ou

○ rôtissez le lapin séparément dans une poêle avec du beurre. Terminez la cuisson dans la RÖMERTOPF avec une tasse de crème fraîche, le jus d'un demi-citron, une cuillerée à soupe de curry et du sel ; ou

○ faites mariner le lapin pendant trois jours dans une marinade pour gibier. Faites mijoter avec la marinade. Avant de servir, passez la sauce et ajoutez 250 g de champignons, 250 g d'asperges en morceaux, un jaune d'œuf, deux cuillerées à soupe de beurre et faites cuire à feu doux pendant quelques minutes. Epicez et garnissez de persil haché. Servez avec du riz.

Lapin sauvage à la bière

Coupez le lapin en quatre ou huit morceaux. Laissez-les mariner pendant une nuit dans du vinaigre allongé d'eau.

Faites colorer à la poêle avec des oignons et du lard en morceaux.

Déposez l'ensemble dans la RÖMERTOPF trempée au préalable, avec du persil, du thym et une tasse de bière.

Continuez la préparation comme dans la recette précédente, mais remplacez le vin rouge par de la bière.

Râbles de lapin à la provençale

● *4 râbles — huile d'olive — 1 cuill. à soupe de farine — 1 verre de bouillon de viande — 2 verres de vin blanc sec — 1 boîte de tomates pelées et épépinées — 2 gousses d'ail — sel — poivre de Cayenne — 1 cuill. à soupe de moutarde.*

Faites revenir les râbles de lapin dans de l'huile d'olive.

Après coloration, déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Saupoudrez de farine. Mouillez de vin blanc sec et de bouillon de viande. Assaisonnez de sel, de poivre de Cayenne et relevez de moutarde. Entourez le plat de tomates et d'ail haché.

Couvrez et laissez mijoter pendant une heure et demie environ, à 225°.

Accompagnez de pommes de terre rissolées.

Rillettes de lapin au romarin

● *1 lapin — 500 g de lard — 1 oignon — 1/2 l de bouillon de viande — romarin en poudre — sel — poivre — saindoux.*

Débitez le lapin. Déposez les morceaux dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez des dés de lard et un oignon émincé.

Assaisonnez de sel et de poivre. Incorporez le bouillon de viande.

Couvrez et faites mijoter pendant environ trois heures à 200°.

Après cuisson, c'est-à-dire lorsque la viande se détache des os, passez-la au moulin pour obtenir un hachis.

Reportez dans la RÖMERTOPF. Rectifiez l'assaisonnement et relevez de romarin en poudre. Laissez cuire à couvert pendant une dizaine de minutes.

Versez la préparation en terrine. Laissez refroidir puis couvrez de saindoux fondu. Posez le couvercle de la terrine et portez-la dans un endroit frais.

Accompagnez de petits cornichons et de petits oignons au vinaigre.

Rôti de lièvre

● *1 kg de lièvre* (pour le lièvre entier prendre la grande RÖMERTOPF) — *100 g de lard fumé — sel — poivre — 3 oignons — 3 carottes — 1 tasse de crème fraîche — 1*

tasse de vin rouge — 1 citron — 1 morceau de pain noir — 1 cuill. à soupe de persil haché.

Veillez à acheter une bête ni trop jeune ni trop vieille. La première serait fade et la seconde aurait un goût trop prononcé.

Il n'y a pas lieu non plus de faire mariner le lièvre, mais de le laisser pendant quarante-huit heures enveloppé dans un linge imbibé de vinaigre.

Salez et poivrez le lièvre. Piquez-le de lardons.

Déposez-le dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, avec l'oignon haché, les carottes et le pain noir. Arrosez avec le vin rouge.

Couvrez et faites mijoter environ une heure et demie à 225°.

Passez la sauce. Ajoutez le jus de citron et la crème fraîche. Incorporez le persil haché.

Accompagnez de croquettes de pommes de terre, de compote d'airelles rouges et de choucroute ou de chou rouge.

Sans les lardons et les garnitures, cette recette est indiquée pour les régimes amaigrissants.

● **Variantes :**

○ liez la sauce avec du fromage râpé ; ou

○ mijotez en même temps des groseilles rouges, du poivre en grains, une feuille de laurier et des clous de girofle ; ou

○ ajoutez à la cuisson quelques tomates pelées ; ou

○ adoucissez la sauce avec de la gelée de groseilles rouges ; ou

○ ajoutez à la sauce des quartiers d'orange ainsi qu'un peu de zeste d'orange râpé.

● *Pour les gourmets.* Gardez un peu de lièvre rôti sans la sauce. Servez-le avec du raifort à la crème, de la compote d'airelles et du pain. Ou encore, préparez le lièvre en gelée d'aspic avec des cornichons et des tomates.

Lièvre farci

● *1 lièvre — mie de pain — 1 tasse de lait — 1 cuill. à soupe de beurre — 2 jaunes d'œufs — sel — poivre — romarin — basilic — thym — 1 oignon haché — bardes de lard — quelques feuilles de sauge — vin blanc sec — compote d'airelles.*

Préparez une farce en mélangeant le foie haché du lièvre avec de la mie de pain trempée au préalable dans un peu de lait, les jaunes d'œufs, l'assaisonnement, les feuilles émiettées de basilic, de romarin et de thym ainsi que l'oignon haché. Malaxez et faites revenir dans du beurre.

Remplissez le lièvre de cette préparation et cousez la cavité. Bardez et piquez de feuilles de sauge.

Dans une casserole, faites prendre couleur.

Déposez dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Mouillez de vin blanc sec, couvrez et faites cuire pendant environ une heure et demie à 225°.

Après cuisson, servez avec une compote d'airelles.

Accompagnez de croquettes de pommes de terre.

Lièvre au poivre

● *1 lièvre — 1 tasse de sang de lièvre — 100 g de lard fumé — 1 oignon — 1 botte de poireaux — 1 céleri — quelques baies de genévrier — thym — 1 feuille de laurier — 2 cuill. à soupe de persil haché — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de farine — 1 tasse de vin rouge — 1 tasse de bouillon de viande — sel — poivre.*

Dans une eau légèrement vinaigrée, faites cuire les légumes hachés, les baies de genévrier, le thym, la feuille de laurier écrasée et les rondelles d'oignon. Laissez refroidir.

Faites mariner durant une nuit le lièvre coupé en morceaux.

Avant la cuisson, essuyez bien le lièvre. Salez-le, poivrez et piquez de lardons. Passez la marinade et gardez les épices et les oignons qu'il faut faire revenir avec les morceaux de lièvre dans du beurre. Arrosez d'un peu de bouillon de viande. Portez à ébullition et laissez refroidir.

Transvasez le tout dans la grande RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez le vin rouge. Couvrez et laissez mijoter pendant environ trois heures à 200°.

Ajoutez ensuite le sang. Reportez à cuisson pendant une dizaine de minutes à grand feu, afin que la sauce soit bien liée et que la viande soit très cuite.

Servez avec des croquettes de pommes de terre.

Le lièvre n'est pas gras. Il peut donc être servi avec un minimum de sauce et sans complément pour les régimes amaigrissants.

● **Variantes :**

○ comme en France, ajoutez deux gousses d'ail écrasées à la préparation ; ou

○ deux tomates pelées et coupées en quatre ; ou
○ selon goût, saupoudrez le lièvre de fromage râpé et faites gratiner en cocotte ouverte.

Brochettes de gibier

Piquez des restes de gibier, coupés en tranches, sur des brochettes et, entre les morceaux de viande, placez une tranche d'oignon.

Faites cuire selon la recette « Brochettes » que vous trouverez page 35. Arrosez copieusement la brochette de sauce barbecue.

Civet de lièvre

● *1 lièvre — sel — poivre — 2 oignons émincés — thym — sarriette — sauge — laurier — 1/2 l de vin rouge — 100 g de lard haché — 1 cuill. à soupe de farine — 1/2 l de bouillon de viande — bouquet garni.*

Débitez le lièvre et faites mariner les morceaux pendant un jour dans une préparation composée de vin rouge, de sel, de poivre, d'un oignon et d'herbes aromatiques.

D'autre part, faites rissoler le lard haché avec un oignon dans du beurre.

Déposez cette préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez le gibier et la marinade passée au tamis. Saupoudrez de farine et mélangez.

Mouillez de bouillon de viande et incorporez le bouquet garni.

Couvrez et faites cuire pendant environ une heure et demie à 225°.

Accompagnez de pommes de terre frites.

Râbles de lièvre aux champignons

● *4 râbles de lièvre — 125 g de champignons — 2 cuill. à soupe de beurre — 1/8 l de crème fraîche — 1/8 l de vin blanc sec — sel — poivre — un peu de farine ou de Maïzena.*

Salez et poivrez les râbles et déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Nettoyez les champignons et coupez-les en lamelles. Entourez-en les râbles.

Laissez ramollir un peu de beurre et badigeonnez-en la viande, puis versez la crème mélangée avec le vin, à côté de la viande.

Couvrez la cocotte et faites rôtir durant environ une heure à 200°.

Otez la viande et posez-la sur un plat chaud. Versez la sauce avec les champignons dans un autre récipient et liez de farine ou de Maïzena.

Ajoutez à la sauce du sel et du poivre, selon goût.

Reportez le tout dans la cocotte et servez avec du riz.

Canard sauvage à la daube

● *1 canard sauvage — 1 l de lait battu — 30 g de beurre — 75 g de lard fumé maigre — sel.*

Déposez un canard sauvage nettoyé, pendant un ou deux jours, dans du lait battu et n'oubliez pas de le retourner de temps à autre.

Avant la préparation, égouttez le canard et enduisez-le de sel.

Faites ramollir le beurre dans un poêlon et badigeonnez-en le canard.

Couvrez le fond de la RÖMERTOPF trempée au préalable, avec les tranches de lard.

Fermez la cocotte et mettez au four pendant une heure un quart à 220°

Servez avec du riz et des chanterelles.

Perdreaux rôtis

● *3 à 4 perdreaux selon grosseur — 100 g de lard fumé — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de jus de citron — 1 feuille de laurier — un peu de thym — 1 oignon — 1/2 botte de poireaux — 1 céleri — sel — 1/2 tasse de crème fraîche — 1/2 tasse de vin rouge.*

Salez légèrement l'intérieur et l'extérieur des perdreaux et arrosez-les de jus de citron.

Hachez le cœur et le foie et mélangez avec du beurre, un peu de jus de citron, des épices écrasées, et déposez cette farce dans les volailles.

Posez celles-ci côte à côte dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez l'oignon haché et les légumes coupés fin. Nappez avec la crème fraîche.

Couvrez les perdreaux de fines tranches de lard. Posez le couvercle de la cocotte et laissez mijoter pendant une heure et demie à 220°.

Durant quinze minutes, ôtez le couvercle pour faire dorer et arrosez une ou deux fois avec le vin rouge.

Servez avec du pain noir, une purée de pommes de terre et de la choucroute.

Perdreaux aux champignons, sauce Madère

● *3 perdreaux — 100 g de lard fumé — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de jus de citron — 1 feuille de laurier — thym — 1 oignon — 1/2 botte de poireaux — 1 céleri — 1/2 tasse de crème fraîche — 1 tasse de madère — 1 petite boîte de champignons — 1 cuill. à soupe de farine.*

Préparez les perdreaux comme dans la recette précédente.

Passez la sauce et allongez-la avec une tasse de madère et les champignons. Liez avec une cuillerée à soupe de farine.

Perdreaux à l'orange

● *3 perdreaux — 100 g de tranches de lard — 200 g de raisins frais — 9 oranges.*

Enroulez les perdreaux dans de grandes tranches de lard.

Laissez-les dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, pendant environ quarante minutes à 220°.

Enlevez le lard. Mélangez 200 g de raisins et les quartiers de quatre oranges. Remplissez-en les perdreaux. Pressez les cinq oranges et versez le jus chauffé.

Laissez mijoter à couvert pendant encore environ cinquante minutes.

Perdrix sur choucroute

● *1 perdrix — 100 g de fines tranches de lard — 750 g de choucroute — 4 baies de genévrier — 1/2 tasse de morceaux d'ananas — 1 verre de vin blanc sec — 1 pincée de romarin — sel.*

Piquez la perdrix avec les lardons. Salez et saupoudrez de romarin intérieurement et extérieurement.

A la choucroute, ajoutez des baies de genévrier et des morceaux d'ananas.

Posez la choucroute ainsi préparée dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez la perdrix et versez le vin blanc puis couvrez la cocotte.

Après une heure et demie de cuisson, servez la perdrix à la choucroute avec de la purée de pommes de terre rendue onctueuse par un gros morceau de beurre.

Faisan à la purée de châtaignes

● *1 faisan — 100 g de tranches de lard fumé maigre — 4 à 5 cuill. à soupe de beurre fondu — sel — 1 kg de châtaignes.*

Saupoudrez intérieurement et extérieurement le faisan d'un peu de sel. Couvrez-le avec les tranches de lard.

Déposez le faisan ainsi enrobé dans la RÖMERTOPF trempée au préalable et posez le couvercle.

Après une heure de cuisson, arrosez de beurre fondu et reportez la cocotte fermée au four pendant trente minutes.

Il est conseillé de servir le faisan avec de la purée de châtaignes.

Si cette garniture n'est pas appréciée, servez avec de la choucroute au champagne et de la purée de pommes de terre.

Rôti de sanglier

On conseille souvent de piquer le rôti de sanglier de lardons. Nous le déconseillons, car cette viande est grasse. Même lorsqu'elle cuit dans sa seule graisse, vous aurez peut-être encore à ôter le surplus.

● *1 kg à 1,500 kg de cuissot, de selle ou de carré de sanglier — 2 oignons — 2 carottes — 1/4 de pied de céleri — grains de poivre — baies de genévrier — 2 clous*

de girofle — 1/2 l de vinaigre de vin — 1/2 l de vin rouge — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de Maïzena — sel — poivre — chapelure.

Préparez un mélange d'oignons hachés, de carottes, de céleri et d'épices. Ajoutez une pincée de sel, le vinaigre et faites bouillir pendant vingt minutes. Incorporez du vin et laissez mariner la viande pendant trois jours en prenant soin de la retourner régulièrement.

Séchez le rôti avant la cuisson. Salez et poivrez. Déposez-le dans la grande RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez une tasse de marinade et couvrez la cocotte.

Laissez mijoter pendant environ deux heures et demie à 220°.

Pendant la cuisson, enlevez toutes les trente minutes l'excédent de graisse, mais arrosez la viande avec un peu de marinade.

Enduisez le rôti de sanglier d'une couche épaisse de chapelure et faites dorer pendant environ dix minutes à découvert.

Entre-temps, liez la sauce, dans un récipient à part, avec la Maïzena.

Si nécessaire, allongez la sauce selon votre goût avec de la marinade ou de la crème fraîche.

Enlevez encore le surplus de graisse et rectifiez l'assaisonnement.

Servez avec des croquettes de pommes de terre et du chou rouge.

● **Variantes :**

○ remplacez le vinaigre et le vin rouge de la marinade par du lait battu ; ou

○ ajoutez à la sauce une petite pomme râpée, le jus d'un demi-citron et une cuillerée à thé de moutarde ; ou

○ garnissez le rôti de quartiers de mandarine ; ou

○ accommodez la sauce avec une cuillerée à soupe de gelée de groseilles rouges ou de confiture aux airelles.

Rôti de chevreuil

● *Environ 1 kg de cuissot de chevreuil — 125 g de lard fumé — 1/4 l de vinaigre à l'estragon — 1 oignon — 2 cuill. à soupe de beurre — marjolaine — thym — baies de genévrier — romarin — sauge — 1 feuille de laurier — le zeste d'un demi-citron — 1/2 l de crème fraîche — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de moutarde.*

Faites bouillir le vinaigre, les rondelles d'oignon et les épices. Après refroidissement, allongez la marinade avec de l'eau jusqu'à ce que la viande soit couverte. Laissez mariner pendant environ un jour.

Séchez la viande et piquez-la de lardons.

Garnissez la RÖMERTOPF trempée au préalable de noisettes de beurre et ajoutez le gibier. Incorporez la marinade et laissez mijoter pendant deux heures à 250°.

Ensuite, retirez la sauce et laissez cuire le rôti à découvert pendant dix minutes pour le dorer.

Passez la sauce et ajoutez au jus une cuillerée à soupe de groseilles rouges, une cuillerée à soupe de moutarde, beaucoup de persil haché et de la crème fraîche. Laissez cuire doucement à petit feu. Assaisonnez de sel et de poivre.

Servez avec des croquettes de pommes de terre et de la compote d'airelles.

● **Variantes :**

○ faites mariner la viande dans du vin rouge ou du lait battu avec des épices ; ou

○ ajoutez du vin rouge ou du lait battu à la marinade ; ou

○ au lieu de piquer la viande de lardons, ajoutez ceux-ci à la sauce ou garnissez le rôti de tranches de lard cuit ; ou

○ mettez moins d'épices et remplacez-les par des cornichons ; ou

○ ajoutez des pommes épluchées et sans trognons à la sauce (pommes entières).

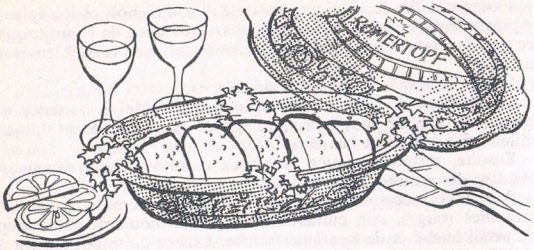
Rôti de chevreuil pour gourmets

Les vrais connaisseurs l'apprécient rôti au naturel. Ils l'aiment peu épicé et n'admettent pas que d'autres ingrédients viennent en fausser le goût.

Le rôti de chevreuil, selon eux, se prépare comme suit : tapissez la RÖMERTOPF trempée au préalable de fines tranches de lard ; déposez le rôti salé et poivré et recouvrez à nouveau de tranches de lard.

Après cuisson, désossez prudemment la viande et coupez-la en tranches.

Hachez deux oignons très fin et faites dorer ceux-ci dans trois cuillerées à soupe de beurre. Mélangez avec 250 g de champignons coupés et ajoutez-les au gibier.



LES POISSONS

Savez-vous qu'il existe une cocotte RÖMERTOPF spéciale pour poissons ? Jolie et pratique à la fois, elle est plus plate et plus longue que les cocottes habituelles. Les poissons y mijotent doucement dans leur jus, en conservant toute leur saveur. Cette cocotte doit être réservée aux poissons ; on ne peut l'utiliser pour préparer la viande ou d'autres mets, car l'odeur du poisson y reste prisonnière.

Comment préparer le poisson ?

Il doit être nettoyé et lavé sous le robinet. Il ne peut être trempé, car il perdrait de son goût. Le poisson sera plus ferme, plus corsé et plus blanc si vous l'arrosez de jus de citron. Celui-ci supprime partiellement l'odeur désagréable de la marée ou de la vase, selon qu'il s'agit d'un poisson de mer ou de rivière. Il est important de saler le poisson quelques instants avant la préparation.

Comment cuire le poisson correctement ?

Garnissez le fond de la RÖMERTOPF, trempée au préalable, d'un centimètre d'eau environ, car le poisson doit cuire à la vapeur et non dans un bouillon complet. Ajoutez-y du vinaigre, du sel, un oignon coupé en rondelles, deux clous de girofle, une feuille de laurier, quelques poireaux et un céleri. Faites cuire ces ingrédients à part pendant environ vingt minutes. Puis ajoutez le poisson. Laissez cuire, à couvert, durant trente-cinq minutes à 200°.

Voici une autre méthode pour les gourmets :

Déposez 700 g de poissons à bouillir (poissons blancs) dans la RÖMERTOPF-poissons trempée au préalable. Garnissez de noisettes de beurre. Arrosez d'une demi-tasse de vin blanc sec et laissez mijoter environ trente-cinq minutes à 200°.

Un essai à faire selon ma façon :

Faites mijoter le poisson sans liquide, mais uniquement avec quelques noisettes de beurre. Tout l'arôme sera conservé !

Maintenant passons aux recettes pour les gastronomes : poissons de mer et poissons de rivière.

Les poissons de rivière

Truites mijotées

• *4 truites — 1/4 l de vin blanc sec — petit bouquet de persil — farine — crème fraîche — sel — noix de muscade râpée — noisettes de beurre.*

Videz et lavez les truites. Salez-les et déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez le vin blanc et entourez les truites de branches de persil.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter au four pendant quarante-cinq à soixante minutes à 220°.

Otez les poissons et portez-les sur un plat tenu au chaud.

Versez le jus de cuisson dans un poêlon séparé. Enlevez le persil devenu inutile. Liez avec de la farine préalablement mélangée à de la crème fraîche.

Relevez la sauce de sel et de noix de muscade râpée.

Nappez les truites de sauce et garnissez-les de noisettes de beurre.

Servez avec des pommes de terre nature et une salade.

Truites au gratin

• *4 truites — 2 tasses de vin blanc sec — 1 petite boîte de champignons — 4 cuill. à soupe de persil haché très fin — 4 cuill. à soupe de chapelure — 4 cuill. à soupe de fromage râpé — sel — poivre — 100 g de beurre.*

Lavez et nettoyez les truites, puis badigeonnez-les de beurre.

Déposez-les dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, et arrosez de vin blanc.

Ajoutez le mélange de champignons coupés, de persil, de fromage et de chapelure. Salez et poivrez.

Parsemez abondamment de noisettes de beurre.

Laissez mijoter dans la cocotte fermée durant environ quarante-cinq minutes à 200°.

Otez le couvercle et faites gratiner pendant environ cinq minutes.

Accompagnez cette entrée de pain blanc et d'une salade.

Cette recette n'est pas indiquée pour des régimes amaigrissants.

Filets de brochet

• *750 g de filets de brochet — 1 cuill. à soupe de beurre — 125 g de lard fumé maigre — 1 oignon — 1 pincée d'ail en poudre — 1/4 l de vin blanc sec — baies de genévrier — 200 g de champignons cuits — sel — poivre — 1/2 jus de citron — 1 tasse de fromage râpé — 1 cuill. à soupe de persil haché.*

Beurrez la RÖMERTOPF trempée au préalable. Déposez les filets de poisson nettoyés dans la cocotte.

Couvrez avec des rondelles d'oignon, puis ajoutez les champignons.

Coupez le lard en tranches fines que vous ajoutez à la préparation.

Incorporez le vin blanc, la poudre d'ail, les baies de genévrier, le sel, le poivre et le jus de citron.

Posez le couvercle et laissez mijoter durant environ quarante-cinq minutes à 200°.

Saupoudrez ensuite de fromage râpé et faites gratiner pendant cinq minutes, sans couvercle.

Le fromage lie en même temps la sauce se trouvant dans la cocotte.

Servez avec des toasts, des pommes de terre frites et beaucoup de salade.

Cette recette est conseillée pour les régimes à basse teneur en hydrates de carbone.

Brochet aux anchoix à la suédoise

• *1 brochet — 50 g de lard fumé — 2 cuill. à soupe de beurre — 5 cm de pâté d'anchois en tube — 1 tasse de crème fraîche — 3 cuill. à soupe de persil haché finement.*

Piquez le brochet nettoyé de fines lanières de lard. Badigeonnez l'extérieur d'une fine couche de pâté d'anchois, et l'intérieur d'une couche plus épaisse.

Déposez le brochet dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Versez la crème fraîche dessus et saupoudrez de persil haché.

Laissez mijoter dans la cocotte fermée pendant environ une heure à 200°.

Accompagnez de pommes de terre nature. Servez le poisson avec des rondelles de citron ou une sauce ketchup.

Cette recette est indiquée pour des régimes amaigrissants ou à basse teneur en albumine, à condition de supprimer les compléments.

Carpes au paprika

• *1 carpe — paprika — sel — 2 gros oignons — 1 cuill. à soupe de saindoux — 1 verre de vin rouge — 4 cuill. à soupe de concentré de tomates — 2 tasses de crème fraîche — 1 citron.*

Nettoyez la carpe et passez-la à l'eau. Coupez-la en grands morceaux et ôtez l'arête centrale.

Saupoudrez de paprika et de sel, puis déposez les morceaux de poisson dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Dans un récipient séparé, faites brunir dans le saindoux les rondelles d'oignons puis ajoutez le vin rouge. Incorporez ensuite le concentré de tomates, la crème fraîche et environ une cuillerée à soupe de paprika, une pincée de sel et le zeste râpé de citron.

Mélangez bien, puis versez le mélange sur le poisson.

Couvrez et laissez mijoter durant environ quarante-cinq minutes à 200°.

Arrosez de jus de citron avant de servir.

Accompagnez de pommes de terre nature et de salade d'endives.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes.

Anguilles sauce fenouil

• *800 g de filets d'anguilles de mer — 1/2 tasse de vin*

blanc sec — 1/2 tasse de court-bouillon — sel — une pincée de sucre fin — une pincée de poivre blanc moulu — 1 oignon — 1 citron — fenouil.

Nettoyez le poisson, arrosez-le de jus de citron et salez.

Déposez le poisson dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez le vin et le court-bouillon. Assaisonnez de sel, de sucre et de poivre. Incorporez l'oignon haché.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter durant environ quarante minutes à 220°.

Mélangez le fenouil haché à la sauce. Si celle-ci n'est pas assez abondante, ajoutez une demi-tasse de crème fraîche mélangée à une cuillerée à soupe de farine.

Reportez la préparation encore dix minutes au four.

Accompagnez de pommes de terre et de salade.

Potée d'anguilles à la provençale

● *1kg d'anguilles de rivière — 500 g de tomates — 2 oignons — 150 g de champignons — 1 verre de vin blanc sec — 1 bouquet de persil — sel — noisettes de beurre.*

Ebouillantez les tomates. Pelez-les et coupez-les en rondelles.

Couvrez la RÖMERTOPF, trempée au préalable, de la moitié de celles-ci.

Coupez les anguilles lavées et nettoyées en portions.

Hachez l'oignon et le persil et ajoutez-en la moitié sur la couche de tomates.

Déposez les morceaux d'anguilles par-dessus et assaisonnez légèrement de sel.

Couvrez le tout avec le reste de tomates, d'oignons et de persil.

D'autre part, nettoyez les champignons et coupez-les en lamelles, puis déposez-les sur le dessus de la préparation. Versez le vin blanc sec et garnissez le tout de noisettes de beurre. Couvrez la cocotte.

Après une heure de cuisson à 220°, servez avec du riz.

Matelote d'anguilles

● *1 kg d'anguilles de rivière — 3 oignons — 1/2 l de vin rouge — 2 gousses d'ail — 1 cuill. à soupe de champignons — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de farine — 1 verre à liqueur de cognac — 1 botte d'herbes aromatiques comme persil, thym, sauge, romarin — poivre en grains — 2 cuill. à soupe de persil haché.*

Garnissez la RÖMERTOPF, trempée au préalable, avec des oignons en rondelles, de l'ail, des herbes et des grains de poivre.

Coupez les anguilles en morceaux de 6 à 7 cm et ajoutez-les. Salez légèrement.

Versez le vin rouge et le cognac.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter durant environ quarante minutes à 220°.

Retirez les morceaux d'anguilles et les herbes.

Ajoutez les champignons à la sauce. Pétrissez la farine avec du beurre et liez la sauce avec cette pâte.

Reportez le poisson dans la sauce et saupoudrez de persil haché.

Cette recette n'est pas indiquée pour des régimes amaigrissants.

Perche

● *1 perche — 1 citron — sel — 50 g de lard fumé — 1 cuill. à soupe d'huile — 1 oignon — 1 petite boîte de champignons — 6 tomates — 1 pincée de poudre d'oignon — 1 cuill. à soupe de beurre.*

Nettoyez la perche, enlevez la tête et arrosez intérieurement et extérieurement de jus de citron.

Laissez pénétrer celui-ci dans la chair durant dix minutes. Salez.

D'autre part, faites sauter à la poêle le lard, les champignons et l'oignon dans de l'huile.

Couvrez le fond de la RÖMERTOPF, trempée au préalable, de ce mélange et ajoutez le poisson.

Garnissez avec des tomates pelées et coupées partiellement en croix. Epicez-les avec de l'oignon en poudre. Dans le croisillon coupé dans les tomates, ajoutez des noisettes de beurre. Couvrez la RÖMERTOPF et laissez mijoter pendant environ une heure dix minutes à 200°.

Accompagnez de pommes de terre nature, de riz ou d'une purée de pommes de terre.

Cette recette est indiquée pour des régimes amaigrissants et à basse teneur en albumine.

Les poissons de mer

Soles

● *2 kg de soles — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 petite boîte de petits pois — 4 tomates — sel — sucre fin — 1 cuill. à soupe de fenouil haché.* Pour la sauce : *2 cuill. à soupe de beurre — 2 cuill. à soupe de farine — 1 tasse de lait — sel — poivre — noix de muscade râpée.*

Déposez dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, les petites soles nettoyées, lavées et salées.

Garnissez de noisettes de beurre. Ajoutez les petits pois et les tomates pelées et coupées en deux. Saupoudrez d'une pincée de sucre et de fenouil haché fin.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant une heure dix minutes à 200°.

Pendant les vingt dernières minutes de cuisson, préparez une sauce Béchamel : faites fondre le beurre, mélangez la farine à celui-ci et versez le lait chauffé. Relevez de sel, de poivre et de noix de muscade râpée. Laissez bouillir à petit feu jusqu'à ce que la sauce soit épaissie.

Incorporez le poisson à cette sauce.

Accompagnez de pommes de terre nature et d'une salade.

Cette recette, sans la sauce Béchamel, est tout indiquée pour des régimes amaigrissants.

Filets de cabillaud

● *800 g de filets de cabillaud — sel — poivre — 2 cuill. à soupe de beurre — une pincée de paprika doux — 1 cuill. à soupe de persil haché — le jus d'un demi-citron — 1 tasse de vin blanc sec — 1 tasse de fromage râpé — 500 g de pommes de terre épluchées — 1 cuill. à soupe de farine.*

Pétrissez le beurre avec le paprika et le persil haché.

Garnissez la RÖMERTOPF trempée au préalable, de noisettes de beurre et déposez-y des pommes de terre crues, coupées en tranches, et des filets de poisson. Arrosez ceux-ci de jus de citron. Salez et poivrez. Ajoutez encore des noisettes de beurre.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant une heure à 200°.

Mélangez du vin à la sauce et liez-la avec de la farine.

Rectifiez l'assaisonnement. Saupoudrez de fromage râpé et faites gratiner sans couvercle, au four, pendant cinq minutes.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes amaigrissants.

● **Variantes :**

○ remplacez les pommes de terre par du riz ; ou

○ mijotez en même temps 250 g de petits pois ; ou

○ cuisez 100 g de lard et dorez deux gros oignons. Couvrez-en le poisson avant la cuisson ; ou

○ ajoutez quelques crevettes décortiquées ; ou

○ couvrez le poisson de tranches de tomates pelées et ajoutez une gousse d'ail écrasée ; ou

○ allongez la sauce avec de la crème fraîche ; ou

○ avant de servir, incorporez quelques noisettes de beurre.

Cabillaud ménagère

● *750 à 800 g de filets de cabillaud — 1 oignon — 1 botte de poireaux — 1 céleri — 1 cuill. à thé d'épices mélangées — 3 cuill. à soupe de beurre — 1 citron — 1 cuill. à soupe de farine — 1 tasse de vin blanc sec — sel — poivre — 1 /2 tasse de chapelure — 1 tasse de court-bouillon.*

Garnissez la RÖMERTOPF, trempée au préalable, de noisettes de beurre.

Ajoutez un mélange d'oignons hachés, de légumes coupés, d'épices, le jus de citron et une demi-tasse de vin blanc sec.

Incorporez le poisson nettoyé et salé.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter durant quarante minutes à 200°.

Ajoutez le reste de vin blanc. Assaisonnez la sauce de sel et de poivre. Allongez-la avec un peu de bouillon et liez de farine.

Pétrissez la chapelure avec le beurre et garnissez le poisson avec de grosses noisettes de cette pâte.

Laissez gratiner encore dix minutes au four, sans couvercle.

Accompagnez de pommes de terre nature, d'une purée de pommes de terre ou de pommes de terre frites.

Pour les régimes : peu de sauce, pas de complément et pas de chapelure.

● **Variantes :**
○ remplacez la chapelure par du fromage râpé ; ou
○ préparez la sauce avec de la crème fraîche et non pas du vin blanc ; ou
○ ajoutez à la sauce quelques olives dénoyautées ; ou
○ pressez beaucoup d'ail et ajoutez-le à la sauce ; ou
○ ajoutez deux poivrons marinés et coupés.

Filets de lotte à la niçoise

● *800 g de filets de lotte — 100 g de lard fumé — 1 cuill. à soupe de beurre — 2 carottes — 1 gros oignon — 1 bouquet garni — 2 gousses d'ail — 100 g de champignons — sel — poivre — 2 verres de vin blanc sec — une ratatouille niçoise.*

Parez les filets de poisson. Piquez-les de lardons.

Enduisez légèrement de beurre la RÖMERTOPF trempée au préalable. Déposez dans la cocotte les carottes coupées en rondelles, l'oignon émincé, l'ail, le bouquet garni, des lamelles de champignons.

Incorporez les filets de poisson. Assaisonnez de sel et de poivre.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant environ quarante minutes à 200°.

Après cuisson, ajoutez la ratatouille niçoise et reportez au four, sans couvrir, pendant dix minutes.

Accompagnez d'une purée de pommes de terre.

Thon à la provençale

● *4 tranches de thon frais — 4 filets d'anchois — huile d'olive — 1 jus de citron — bouquet garni — 2 oignons — 4 tomates — 2 gousses d'ail — sel — poivre — 2 verres de vin blanc sec — bouillon de viande.*

Piquez les tranches de thon de morceaux de filets d'anchois. Déposez le poisson dans une marinade préparée avec l'huile d'olive, le jus de citron, le bouquet garni, le sel et le poivre.

Entre-temps, faites revenir dans l'huile les oignons en rondelles.

Déposez les tranches de thon et la préparation aux oignons dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez les tomates pelées et épépinées, l'ail haché, du sel et du poivre.

Mouillez de vin blanc sec et de bouillon de viande.

Couvrez et laissez cuire pendant environ une heure à 200°.

Avant de servir, passez la sauce au tamis et nappez-en les tranches de poisson.

Accompagnez de pommes de terre nature.

Rougets « cabanon »

● *4 à 8 rougets — huile d'olive — sel — poivre — 8 tomates — 1 oignon haché — persil — 2 gousses d'ail — 2 verres de vin blanc sec.*

Faites saisir les poissons dans de l'huile.

Déposez-les ensuite dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, avec les tomates pelées et épépinées, l'oignon, le persil et l'ail hachés. Assaisonnez de sel et de poivre. Mouillez de vin blanc sec.

Couvrez et laissez mijoter pendant trente-cinq minutes à 200°.

Après cuisson, déposez les rougets sur un plat de service tenu au chaud et nappez du jus de cuisson.

Accompagnez de pommes de terre nature persillées.

Morue à la provençale

● *800 g de morue dessalée — 100 g d'olives vertes — 250 g de champignons — 2 oignons hachés — 250 g de tomates — huile d'olive — 12 petites pommes de terre — vin blanc sec — safran — sel — poivre.*

Faites revenir les oignons hachés dans de l'huile.

Versez cette préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Déposez par-dessus les morceaux de poisson. Entourez-les de quartiers de tomates pelées et épépinées, de pommes de terre coupées en rondelles et des champignons débités en lamelles.

Garnissez d'olives vertes dénoyautées et mouillez de vin blanc sec.

Assaisonnez de sel, de poivre et saupoudrez de safran.

Couvrez et laissez mijoter pendant environ une heure à 200°.

Servez avec du pain baguette.

Roulades de poisson

● *800 g de filets de poisson — 2 cuill. à soupe de jus de citron — sel — poivre — paprika — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 botte de poireaux — 1 céleri — 1 pomme — 1/8 l de crème fraîche — 1/8 l de vin rouge — 2 cuill. à soupe de fromage râpé.*

Coupez les filets dans le sens de la longueur, mais horizontalement pour obtenir deux pièces d'un seul filet.

Arrosez avec le jus de citron et laissez pénétrer dans la chair. Salez, poivrez, et saupoudrez de paprika et enroulez.

D'autre part, hachez les légumes très fin. Faites fondre le beurre et mélangez-le avec la crème épicée. Versez sur les filets.

Déposez l'ensemble dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, verticalement (ouverture de la roulade vers le bas). Mouillez de vin et posez le couvercle. Laissez mijoter durant environ cinquante minutes à 220°.

Saupoudrez de fromage râpé avant de servir.

Accompagnez d'une purée de pommes de terre.

● **Variantes :**

○ faites une farce avec un petit pain ramolli, trois filets d'anchois hachés, une cuillerée à soupe de câpres, un oignon haché finement, du persil haché, un œuf, du sel, du poivre. Remplissez les roulades de cette farce ; ou

○ servez les roulades avec une sauce à la moutarde.

Goulasch de poisson

● *800 g de filets de poisson — 600 g d'oignons — 1/4 l de vin blanc sec — 4 cuill. à soupe d'huile — 2 cuill. à soupe de jus de citron — sel — paprika.*

Passez à l'huile la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Hachez l'oignon et déposez-en la moitié dans la cocotte, ainsi qu'une couche de poisson émietté. Couvrez à nouveau d'une partie d'oignon haché. Salez et saupoudrez de paprika. Déposez une nouvelle couche de poisson puis d'oignons. Epicez.

Arrosez avec de l'huile et du jus de citron.

Laissez mijoter dans la cocotte fermée pendant une heure à 200°.

Ajoutez le vin blanc préchauffé et laissez mijoter le goulasch pendant environ dix minutes.

Accompagnez de riz et d'une purée de pommes de terre.

● **Variantes :**

○ remplacez la moitié des oignons par des tomates et épicez avec du romarin et du laurier ; ou

○ pétrissez 600 g de pommes de terre cuites mélangées avec un œuf, de la noix de muscade râpée et un peu de beurre. Déposez en couches successives avec le poisson ; ou

○ ajoutez la sauce suivante qui doit mijoter avec le poisson : un quart de litre de crème fraîche, deux cuillerées à soupe de raifort, un peu de sucre, du sel et du poivre moulu en grains.

Potée de poisson

● *750 g de filets de poisson — 1 citron — 250 g de tomates — 250 g d'oignons — 2 cuill. à soupe de persil haché — 1 tasse de fromage râpé — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 tasse de crème fraîche — 1 cuill. à soupe de farine.*

Dans une poêle, faites fondre du beurre et colorez les filets de poisson.

Déposez une couche de poisson dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable et arrosez de jus de citron.

D'autre part, mélangez les tomates pelées et coupées en tranches avec l'oignon haché, le persil haché, le fromage râpé et une pincée de poivre.

Couvrez-en le poisson et procédez ainsi par couches successives.

Posez le couvercle de la cocotte et laissez mijoter pendant environ quarante-cinq minutes à 200°.

Ajoutez la farine et la crème fraîche mélangées et faites gratiner pendant environ dix minutes sans couvercle.

Accompagnez de pommes de terre frites ou de riz.

● **Variante :**

○ ajoutez une couche de champignons.

Filets de poisson aux champignons

● *600 g de filets de poisson — 500 g de champignons — 300 g de tomates — 1 oignon — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de jus de citron — 100 g de lard fumé — 1 tasse de vin blanc — 1 cuill. à soupe de ketchup.*

Déposez une couche de filets de poisson dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez une couche de lard fumé, une couche de champignons nettoyés et coupés en tranches et une couche de tomates pelées, débitées en quartiers.

Travaillez par couches successives après avoir ajouté de l'oignon haché entre les couches de poisson et de tomates.

Ajoutez le vin blanc sec avec le jus de citron, le ketchup, le sel, le poivre et laissez mijoter à couvert, pendant environ quarante minutes à 220°.

Servez avec des tomates ou des pommes de terre nature.

Sans compléments, cette recette convient pour des régimes amaigrissants.

Fricassée de poisson

● *700 g de filets de poisson — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de farine — 1 tasse de vin rouge — 1 cuill. à soupe d'airelles — 1 cuill. à soupe de moutarde — 1 cornichon — 1 oignon — 1 verre de yaourt — 2 cuill. à soupe de ciboulette hachée.*

Faites brunir de la farine dans un peu de beurre. Ajoutez un peu d'eau et laissez bouillir. Enlevez du feu et incorporez du vin rouge, des airelles, de la moutarde et de l'oignon râpé.

Mouillez encore d'une tasse d'eau et déposez le tout dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Coupez le poisson en dés et ajoutez-les également.

Laissez mijoter à couvert pendant environ quarante minutes à 200°.

Après cuisson, incorporez le yaourt et les cornichons hachés à la sauce. Saupoudrez de ciboulette hachée.

Accompagnez de pommes de terre nature.

Sans complément, cette recette convient parfaitement pour les régimes amaigrissants.

LES LEGUMES

Lorsqu'on a goûté un légume mijoté dans une cocotte RÖMERTOPF, on ne peut plus s'en passer. Faites l'essai, vous serez convaincu.

Il n'existe pas de règle fixe pour la cuisson des légumes. Sachez cependant qu'ils doivent cuire un peu plus longtemps dans une RÖMERTOPF que dans une cocotte ordinaire (environ un tiers du temps de cuisson en plus). Une tasse d'eau suffit à la cuisson d'une quantité de légumes comptée pour quatre personnes (environ 750 g).

Chou rouge

● *750 g de chou rouge — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à thé de sucre — 2 cuill. à soupe de vinaigre — 2 cuill. à soupe de gelée de groseilles rouges — poivre — sel — 1 feuille de laurier — 50 g de lard fumé — 1/2 oignon — 2 tasses de bouillon de viande.*

Faites cuire le lard dans une poêle et colorez l'oignon haché.

Nettoyez le chou rouge et râpez-le.

Déposez dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez le lard et les oignons.

D'autre part, mélangez le bouillon avec le sucre, le vinaigre, la gelée de groseilles rouges, le poivre et la feuille de laurier écrasée.

Ajoutez cette préparation dans la cocotte puis couvrez celle-ci.

Laissez mijoter pendant environ une heure quinze minutes à 200°.

Au moment de servir, incorporez un peu de beurre frais et liez la sauce avec de la farine.

Notez que les choux ne sont pas à retenir pour des régimes à basses calories.

● **Variantes :**
○ faites mijoter en même temps deux pommes sures coupées ; ou
○ ajoutez du cidre à la place du bouillon ; ou
○ épicez avec beaucoup de cumin.

Haricots verts

● *800 g de haricots verts — 125 g de lard fumé — 6 tomates — 1/4 l de bouillon de viande — sel — poivre — 1 gousse d'ail — aromates.*

Faites sauter à la poêle le lard coupé en dés avec les tomates pelées, épépinées et coupées.

Déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez les haricots nettoyés et coupés.

Mélangez le bouillon avec le sel, le poivre, l'ail écrasé, les aromates et ajoutez-le à la préparation.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant environ deux heures à 220°.

Accompagnez de pommes de terre nature.

Cette recette n'est pas à conseiller pour des régimes amaigrissants.

Haricots blancs à la provençale

● *1 boîte de haricots blancs secs — 2 cuill. à soupe d'huile d'olive — 1 morceau de lard maigre — 2 oignons — 1 gousse d'ail — bouquet garni — 1 branche de sauge — 1 branche de romarin — 1 cuill. à soupe de concentré de tomates — 3 verres de bouillon de viande — sel — poivre — persil haché.*

Faites tremper la veille les haricots dans un peu d'eau.

Déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez de l'huile, le lard, les oignons hachés, l'ail, le bouquet garni, les herbes aromatiques et le concentré de tomates.

Mouillez de bouillon de viande. Assaisonnez de sel et de poivre.

Couvrez et laissez mijoter pendant deux heures et demie à 220°.

Au moment de servir, réduisez le jus de cuisson si nécessaire. Saupoudrez les légumes de persil haché.

Chicons (ou chicorées) à la flamande

● *800 g de chicons — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 citron — 1 tasse de bouillon de viande — sel — poivre.*

Nettoyez les chicons, lavez-les et égouttez-les. Déposez ceux-ci dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, et garnissez de noisettes de beurre.

Mélangez le bouillon avec le jus de citron. Salez, poivrez et ajoutez-le à la préparation.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter les légumes durant environ trente minutes à 220°.

Accompagnez d'une purée de pommes de terre et servez avec des roulades de jambon.

En utilisant seulement la moitié du beurre, cette recette convient pour les régimes amaigrissants.

● **Variantes :**
○ déposez les chicons préparés dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Mélangez une tasse de crème fraîche avec une tasse de fromage râpé ; ou
○ épicez la sauce avec beaucoup de curry ; ou
○ ajoutez sur les chicons du jambon cru haché assez épais ; ou
○ après cuisson, faites dorer les chicons, sans couvercle.

Roulades de chicons au jambon

● *800 g de chicons — 4 belles tranches de jambon cuit — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 citron — 1 tasse de bouillon de viande — sel — poivre — 1/2 tasse de fromage râpé.*

Nettoyez les chicons, lavez et égouttez-les.

Avant cuisson, enroulez les chicons dans des tranches de jambon cuit.

Déposez ceux-ci dans la RÖMERTOPF trempée au préalable et garnissez de noisettes de beurre.

D'autre part, mélangez le bouillon de viande au jus de citron. Salez, poivrez et versez dans la préparation.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter les légumes pendant trente minutes environ à 220°.

Liez la sauce avec du fromage râpé.

Poivrons

● *750 g de poivrons — 250 g de tomates — 2 cuill. à soupe d'olives — 250 g d'oignons — 2 cuill. à soupe de beurre — sel — poivre — sucre fin — 2 cuill. à soupe de petits oignons au vinaigre — 2 cuill. à soupe de fromage râpé — 1/2 tasse de bouillon de viande.*

Lavez les poivrons, épépinez et coupez-les en lanières.

Pelez les tomates et coupez-les en tranches.

Hachez gros l'oignon.

Mélangez le tout et disposez dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Accommodez le bouillon avec du sel, du poivre, du sucre fin et versez-le sur les légumes.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter les poivrons pendant environ trente-cinq minutes à 220°.

Mélangez aux légumes chauds, les petits oignons au vinaigre coupés en quatre, les olives dénoyautées et coupées en tranches.

Liez la sauce avec le fromage râpé.

Accompagnez de riz mélangé avec du persil haché et des lanières de jambon.

Cette recette est valable pour des régimes à basses calories, mais utilisez seulement la moitié de beurre et de fromage.

Choux de Bruxelles

● *750 g de choux de Bruxelles — 3 tomates — 2 oignons — sel — poivre — noix de muscade râpée — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 tasse de bouillon de viande — 2 cuill. à soupe de crème fraîche ou du lait en boîte — 1 cuill. à soupe de farine.*

Déposez dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, les choux nettoyés, les tomates pelées et coupées en quatre et les rondelles d'oignons.

Assaisonnez de sel et de poivre. Saupoudrez avec beaucoup de noix de muscade râpée.

Fermez la cocotte et laissez mijoter durant trente minutes à 200°.

Liez la préparation avec la crème mélangée à de la farine.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes.

Choux frisés mijotés

● *1 kg de choux frisés — 2 carottes — 2 oignons — 100 g de lard fumé — 1/4 l de bouillon de viande — sel — poivre — noix de muscade râpée.*

Couvrez le fond de la RÖMERTOPF, trempée au préalable, avec du lard, des rondelles d'oignons et des carottes en tranches.

Coupez le chou frisé en quatre parties et enlevez la tige dure. Portez-le dans la cocotte.

Fermez celle-ci après avoir ajouté du bouillon, du sel, du poivre et de la noix de muscade râpée.

Laissez mijoter pendant environ une heure et demie à 220°.

Servez avec des pommes de terre nature et accompagnez de saucisses fumées.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes.

Concombre

● *500 g de concombre — 200 g de tomates — 200 g d'oignons — persil haché — 50 g de lard fumé — 1 cuill. à soupe de farine — 1/2 tasse de crème fraîche — 2 cuill. à soupe de fenouil haché — sel — poivre.*

Déposez dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, le concombre pelé, les tomates pelées et les oignons hachés. Salez et poivrez.

D'autre part, faites cuire le lard coupé en dés dans une poêle et déposez-le sur les légumes.

Couvrez la cocotte et faites mijoter pendant quarante minutes à 180°.

Mélangez la farine avec la crème fraîche et incorporez à la préparation. Cuisez encore dix minutes sans couvercle.

Saupoudrez de persil haché.

En cas de régime, utilisez la moitié de lard et remplacez la crème fraîche par du yaourt.

Champignons

● *750 g de champignons — 1 tomate — 1 oignon — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de farine — 1/2 tasse de crème fraîche — 1/2 citron — sel — poivre blanc — 1 verre à liqueur de cognac — 1 cuill. à soupe de persil haché.*

Préparez les champignons et coupez-les en tranches.

Déposez-les avec l'oignon haché et les tomates pelées et coupées en morceaux dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Mélangez en ajoutant de la farine, de la crème fraîche, un jus de citron, du sel, du poivre et le cognac. Garnissez avec des noisettes de beurre et couvrez la cocotte.

Laissez mijoter au four durant environ quarante-cinq minutes à 200°.

Servez avec du persil haché.

Accompagnez de pommes de terre nature.

● **Variantes :**

○ ajoutez aux champignons mijotés 100 g de lard fumé, maigre et cuit ; ou

○ couvrez les champignons avec des tranches de lard ; ou

○ accommodez avec une pincée de sucre ; ou

○ mijotez de grosses tranches de pied de céleri dans la cocotte ; ou

○ épicez avec du curry en poudre ; ou

○ accommodez avec de la moutarde ; ou

○ mélangez avec du fromage fondu à tartiner ; ou

○ ajoutez, avant de servir, 100 g de jambon cuit et débité en lanières ; ou

○ mijotez avec un concombre coupé en grosses tranches ; ou

○ utilisez la moitié des champignons et ajoutez 500 g de carottes coupées en rondelles ; ou

○ couvrez les champignons de tranches de fromage ; ou

○ brunissez des tranches de foie et déposez-les sous la préparation avant de servir ; ou

○ faites des crêpes et servez alternativement champignons et crêpes ; ou

○ huilez des demi-petits pains. Tartinez-les de champignons et couvrez le tout d'une tranche de jambon. Faites gratiner ; ou

○ ajoutez des tranches d'œufs durs ; ou

○ garnissez avec des restes de viandes, de poissons ou de volailles ; ou

○ couvrez le fond de la cocotte de 500 g de pommes de terre crues pelées et coupées en tranches ; ou

○ mélangez les champignons avec des petits pois ou des morceaux d'asperges.

Carottes à la lyonnaise

● *750 g de jeunes carottes — 1 tasse d'eau salée — 2 morceaux de sucre — bouquet de persil — 1 pincée de poivre — 1 cuill. à soupe de beurre — 5 cuill. à soupe de crème fraîche.*

Nettoyez les carottes et coupez-les en rondelles puis déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez de l'eau salée et des morceaux de sucre. Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant quarante minutes à 200°.

Hachez le persil très fin et ajoutez-le aux carottes cuites.

Versez la crème sur le tout et garnissez avec des noisettes de beurre.

Selon goût, épicez avec du poivre.

Les carottes à la lyonnaise peuvent être servies avec de la viande de bœuf ou de porc.

Tomates gratinées

● *8 grosses tomates bien fermes — 125 g de lard fumé maigre en tranches — 150 g de tranches de fromage Emmenthal — poudre de paprika doux — ciboulette.*

Garnissez la RÖMERTOPF trempée au préalable avec la moitié

du lard. Ajoutez les tomates coupées en deux, la partie coupée sur le dessus.

Couvrez-les avec le restant du lard et déposez ensuite les tranches de fromage.

Couvrez la cocotte et laissez cuire pendant quarante-cinq minutes à 200°.

Relevez avec la poudre de paprika et de la ciboulette.

Servez avec du pain de campagne.

Pour cette recette, n'utilisez pas de sel, le lard étant assez salé.

Pieds de céleris rôtis

● *4 pieds de céleris moyens — 4 tranches de jambon cuit — 1/4 l de crème fraîche — 2 cuill. à soupe de concentré de tomates — 3 cuill. à soupe de parmesan râpé — sel.*

Nettoyez les pieds de céleris et déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez une tranche de jambon sur chaque pied de céleri.

Mélangez d'autre part la crème fraîche avec le concentré de tomates et le parmesan.

Salez et versez dans la cocotte.

Couvrez-la et portez au four pendant une heure et demie à 200°.

Servez avec des pommes de terre rissolées et du jambon froid.

Crêpes aux épinards gratinées

● *450 g d'épinards surgelés — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 oignon — 1 cuill. à soupe de farine — 1/2 tasse de crème fraîche — 1 pincée de noix de muscade râpée — sel — poivre — pâte à crêpes — 4 œufs — 1 tasse de lait — 1 tasse de fromage râpé.*

Faites brunir l'oignon haché finement dans le beurre. Ajoutez les épinards dégelés ou non. Relevez de noix de muscade râpée, de sel et de poivre. Incorporez la crème fraîche, puis liez de farine délayée.

Préparez de fines crêpes. Déposez sur celles-ci de la farce aux épinards et roulez.

Portez-les, les unes à côté des autres, dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez ensuite le mélange d'œufs, de lait et de fromage râpé. Couvrez la cocotte et laissez cuire durant environ quarante minutes à 200°.

En cas de régime, faites cuire sans matière grasse ni farine et sans crème.

Epinards

● *1,250 kg d'épinards — 1 cuill. à soupe de beurre — 2 gousses d'ail — 1 filet de bouillon de viande — 3 œufs — sel — poivre — chapelure.*

Nettoyez les épinards et hachez-les grossièrement.

Enduisez d'un peu de beurre la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez les légumes et incorporez l'ail et le bouillon de viande.

Assaisonnez de sel et de poivre. Couvrez et faites cuire durant quarante minutes à 200°.

En fin de cuisson, laissez évaporer le jus des épinards.

Versez sur la préparation des œufs battus et saupoudrez de chapelure.

Faites gratiner à découvert pendant dix à quinze minutes.

Ratatouille niçoise

● *2 oignons — huile d'olive — 500 g de tomates — 3 courgettes — 3 aubergines — 2 à 3 poivrons — 4 gousses d'ail — bouquet garni — sel — poivre.*

Faites revenir les légumes dans de l'huile.

Déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez les tomates pelées et épépinées, les courgettes débitées en morceaux, les aubergines pelées et coupées en tranches, l'ail haché, le bouquet garni. Assaisonnez de sel et de poivre.

Couvrez et laissez mijoter pendant quarante-cinq minutes environ à 220°.

Pommes de terre RÖMERTOPF

Les pommes de terre perdent beaucoup de leur goût et de leur saveur à la cuisson, sauf dans une RÖMERTOPF. Nombreux sont

ceux qui n'apprécient les pommes de terre que lorsqu'elles sont cuites sous la cendre ou en robe des champs. Mais s'ils connaissaient la recette RÖMERTOPF, ils en raffoleraient !

● *10 pommes de terre farineuses de même grandeur — 2 cuill. à soupe de beurre — sel — poivre.*

Pelez les pommes de terre et déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Garnissez de noisettes de beurre. Salez et poivrez.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant une heure à 250°.

Purée de pommes de terre piquante

● *10 pommes de terre farineuses — 2 cuill. à soupe de beurre — sel — poivre — 3 tasses de lait.*

Coupez les pommes de terre en quatre et faites-les mijoter avec deux tasses de lait.

Avant de servir, mélangez le lait restant et réduisez en purée. De cette façon, celle-ci garde tout son goût.

Goulasch de pommes de terre

● *800 g de pommes de terre — 250 g d'oignons — 1 cuill. à thé de paprika doux — 1/2 cuill. à thé de cumin — 1/4 de cuill. à thé de marjolaine — 50 g de beurre fondu.*

Faites dorer les oignons et déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Incorporez les pommes de terre coupées en fines tranches avec du cumin, du paprika, de la marjolaine et du sel.

Ajoutez de l'eau ou du bouillon jusqu'à la moitié de la cocotte.

Laissez mijoter durant cinquante minutes environ à 220°.

Pommes de terre savoyardes

● *800 g de pommes de terre — 100 g d'oignons — 100 g de fromage de Gruyère en tranches — 50 g de beurre — 1/4 l de bouillon de viande — sel — poivre — aromates — noix de muscade râpée — saucisses.*

Coupez les oignons en tranches et faites dorer au beurre.

Mélangez avec les pommes de terre crues en tranches et le fromage coupé en très fines lamelles.

Déposez dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Epicez le bouillon avec le sel, le poivre, les aromates et un peu de muscade et versez le tout sur les pommes de terre.

Laissez mijoter durant environ une heure à 220°.

Ajoutez des tranches de saucisse et faites gratiner pendant dix minutes au four, sans couvercle.

Cette recette accompagne divers légumes.

Potée de pommes de terre

● *12 pommes de terre cuites en robe des champs — 3 oignons — sel — noix de muscade râpée — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 tasse de crème fraîche.*

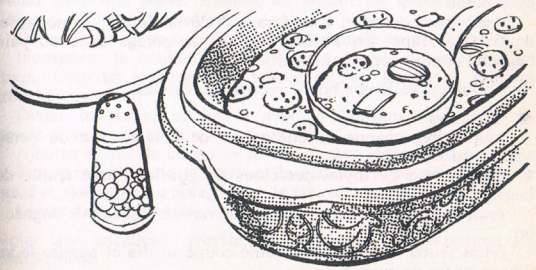
Pelez les pommes de terre et écrasez-les grossièrement.

Déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Faites sauter l'oignon haché dans le beurre et ajoutez-le aux pommes de terre.

Epicez la crème fraîche avec du sel et de la noix de muscade. Versez sur les pommes de terre.

Faites cuire à couvert pendant environ trente minutes à 250°.



POTAGES ET POTEES

Même si l'on apprécie parfois un potage en boîte ou en sachet, il faut reconnaître qu'un potage frais, longuement mijoté, est un

vrai régal, surtout s'il est préparé dans une cocotte RÖMERTOPF qui retient toute la délicate saveur des ingrédients.

Voici quelques recettes qui feront la joie des gourmets.

Les potages

Pot-au-feu

• *300 g de bouilli — 300 g de morceaux de poulet — 1 os à moelle — 2 bottes de poireaux — 1 céleri — 200 g de carottes — 125 g de nouilles — sel — poivre — 1 gousse d'ail — 1/2 tasse de fromage râpé — 1 cube d'extrait de viande — 1/2 tasse de vin blanc sec.*

Coupez le bouilli en dés. Déposez-le avec l'os à moelle, les morceaux de poulet et le cube d'extrait de viande dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Laissez mijoter avec couvercle pendant environ deux heures à 200°, puis ajoutez les légumes coupés et continuez la cuisson durant une heure.

Cuisez à part les nouilles et incorporez-les au potage quand il est à point.

Assaisonnez de sel et d'ail écrasé. Relevez de vin, de poivre et de fromage râpé. En France, on sert le potage avec du pain baguette comme repas principal.

Sans nouilles, voilà une bonne recette de régime.

• **Variantes :**

○ saupoudrez chaque assiette servie de potage avec du persil haché ; ou

○ épicez avec du thym, des clous de girofle et une feuille de laurier ; ou

○ remplacez le vin blanc sec par un verre à liqueur de cognac ; ou

○ faites sauter 100 g de lard fumé coupé en dés et ajoutez-le au potage en fin de cuisson.

Potage alsacien

• *1 l à 1,500 l de bouillon de viande — 250 g de carottes — 250 g de pommes de terre — poivre — 1 cuill. à soupe de beurre — une petite botte de persil haché finement.*

Versez le bouillon dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Nettoyez et coupez les carottes en rondelles et ajoutez-les au bouillon avec les pommes de terre épluchées et coupées. Relevez d'un peu de poivre.

Couvrez la cocotte et faites mijoter au four durant environ quarante-cinq minutes à 220°.

Préparez un beurre manié avec le persil haché et façonnez une petite boule. Déposez-la dans le potage et laissez fondre.

Ce potage d'un bel aspect, est vraiment délicieux.

Oxtail

• *250 g de bœuf — 1 boîte de macédoine de légumes — 1 oignon — 50 g de lard fumé — 1 l de bouillon de viande — sel — poivre — thym — 1 cuill. à soupe de jus de citron — 1/4 l de crème fraîche — 1/2 tasse de xérès — 1 tasse de riz cuit — 1 cuill. à soupe de Maïzena.*

Coupez les queues de bœuf. Débitez le lard en dés et faites-les sauter dans une poêle. Ajoutez un instant les queues de bœuf, l'oignon haché et faites dorer.

Déposez le tout dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Incorporez le bouillon et assaisonnez de sel, de poivre et de thym. Couvrez la cocotte et laissez mijoter le potage pendant trois heures à 180°.

Passez le potage et liez-le avec la Maïzena. Gardez-le au chaud et assaisonnez de sel et de poivre.

Ajoutez le jus de citron et le vin. Battez légèrement la crème et incorporez-la. Ensuite, enlevez la viande des os des queues de bœuf et ajoutez-la au potage avec le riz cuit.

Servez avec des toasts.

Voici une excellente recette de régime si l'on supprime les compléments.

• **Variantes :**

○ mijotez avec le potage une grande quantité de riz. Dans ce cas, ne liez pas le potage avec de la Maïzena ; ou

○ ajoutez des champignons en boîte coupés fin au potage après cuisson ; ou

○ ajoutez des restes de jambon coupés à chaque portion de potage. Faites mijoter en même temps des tomates pelées et coupées ou changez le goût du potage avec une cuillérée à soupe de ketchup.

Soupe aux pois pour gourmets

● *250 g de pois secs — 250 g de viande à bouillir — 1 os moelle — 3 pommes de terre — 1 grande botte de persil — 1/4 l de vin blanc sec — épices selon goût — bouillon de viande.*

Faites ramollir les pois une nuit dans de l'eau.

Le lendemain, égouttez-les. Déposez-les avec du bouillon, la viande coupée en morceaux, l'os et les pommes de terre râpées grossièrement dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Laissez mijoter dans la cocotte fermée pendant deux heures et demie à 200°.

Avant de servir, ajoutez le persil haché.

Vous pouvez également utilisez cette recette pour en faire un repas complet. Dans ce cas, doublez les quantités d'ingrédients.

Cette recette est contre-indiquée pour des régimes amaigrissants.

● **Variantes :**
○ remplacez la viande bouillie par du lard cuit ; ou
○ ajoutez beaucoup de marjolaine ; ou
○ épicez avec deux gousses d'ail écrasées ; ou
○ relevez avec du poivre, du thym et servez avec des croûtons de pain frits.

Soupe aux haricots

● *250 g de haricots blancs secs — 150 g de jambon cuit — 4 cuill. à soupe d'huile — 2 grands oignons — 2 tomates — 2 cuill. à soupe de ketchup — 1/2 cuill. à soupe de paprika doux — épices selon goût — 2 pommes de terre — 2 cuill. à soupe de persil haché — sel — poivre.*

Faites ramollir les haricots dans de l'eau pendant la nuit.

Déposez-les le lendemain, avec leur eau, dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez l'oignon haché, les tomates pelées et coupées, les pommes de terre râpées grossièrement, l'huile, le ketchup, les épices, le paprika et le jambon coupé en lanières.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter dans le four pendant une heure et demie à 220°. Le potage doit être épais.

Avant de servir, assaisonnez selon goût avec du sel, du poivre et saupoudrez de persil haché.

Accompagnez de pain gris.

En cas de régime, attention à votre ligne !

● **Variantes :**
○ supprimez les pommes de terre. Faites brunir dans du beurre un peu de farine, un oignon haché et liez de cette préparation le potage aux haricots. Ajoutez un soupçon de vinaigre de vin ; ou
○ remplacez les pommes de terre par une tasse de riz. Liez avec un jaune d'œuf mélangé à de la crème fraîche ; ou
○ faites mijoter avec le potage des rondelles de poivrons ; ou
○ changez le goût avec beaucoup d'ail écrasé ; ou
○ avant de servir, saupoudrez avec beaucoup de fromage râpé.

Soupe de viande gratinée

● *500 g environ de viande de bœuf bouillie — 200 g de champignons cuits — 2 oignons — 3 cuill. à soupe de beurre — 1/8 l de vin blanc sec — 2 cuill. à soupe de ketchup — 3 cuill. à soupe de persil haché — 1/2 tasse de chapelure — sel — poivre.*

Colorez les oignons hachés dans une cuillerée à soupe de beurre.

Coupez la viande en fines tranches et déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Couvrez avec des lamelles de champignons et les oignons dorés. Assaisonnez de sel et de poivre. Mélangez le vin blanc avec le ketchup et le persil, et incorporez-le.

Laissez mijoter le tout dans la cocotte fermée pendant quarante minutes à 180°.

Mélangez ensuite le beurre restant avec la chapelure et couvrez-en la préparation d'une couche épaisse.

Laissez gratiner encore cinq à dix minutes dans la cocotte ouverte.

Complétez avec des pommes de terre nature ou de la purée de pommes de terre et de la salade.

Sans complément et sans chapelure, cette recette est indiquée pour les régimes à basse teneur en hydrates de carbone. Dans ce cas, faites gratiner avec un œuf battu.

Potage de pommes de terre

● *1 botte de poireaux — 1/4 de pied de céleri — 750 g de pommes de terre — 250 g de viande de bœuf hachée — 1 l de bouillon de viande — sel — poivre — marjolaine — 1 oignon — 2 cuill. à soupe de beurre — 2 cuill. à soupe de lard fumé et haché.*

Faites sauter le lard, l'oignon haché et laissez brunir un instant la viande hachée.

Déposez le tout dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Hachez les légumes très finement et ajoutez-les, ainsi que le pied de céleri coupé, les pommes de terre épluchées et débitées en tranches.

Versez le bouillon et épicez avec de la marjolaine.

Couvrez la cocotte et faites mijoter pendant une heure un quart à 200°. Passez le potage.

Avant de servir, assaisonnez de sel, de poivre et ajoutez un peu de beurre à chaque portion.

Accompagnez de pain gris ou noir.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes amaigrissants.

● **Variantes :**
○ épicez très fort avec du cumin ; ou
○ faites mijoter en même temps des saucisses de Francfort coupées en rondelles ; ou
○ accommodez avec du thym et de l'ail écrasé ; ou
○ faites mijoter des champignons et ajoutez-les au potage ; ou
○ ajoutez de la crème légèrement battue ; ou
○ liez avec un peu de farine.

Soupe au poisson

● *500 g de poissons d'origine méditerranéenne ou des poissons à chair blanche — 1/2 botte de poireaux — 1/2 céleri — 1 cuill. à thé de sel — 1 feuille de laurier — 1/4 l d'eau — 1 cuill. à soupe de sauce soya — 2 à 3 gouttes de sauce Tabasco, — 1 pincée de sucre — rouille (en boîte).*

Déposez les morceaux de poisson dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez les légumes en petits morceaux. Salez et ajoutez le laurier et, après avoir versé l'eau sur le tout, couvrez la cocotte.

Laissez cuire durant quarante-cinq minutes à 220°.

Sortez, si nécessaire, les morceaux de poisson et enlevez les arêtes. Remettez le poisson dans le potage. Accommodez finalement avec la sauce soya et quelques gouttes de sauce Tabasco.

Accompagnez d'une rouille et de pain frit frotté d'ail au préalable.

Bouillabaisse

● *1 oignon — 1 gousse d'ail écrasée — 2 cuill. à soupe d'huile — 1/2 botte de poireaux — 1 céleri — 250 g de pommes de terre — sel — poivre — 1 feuille de laurier — 1 peu de zeste de citron râpé — 2 tomates — 750 g à 1 kg de filets de poissons (toutes les variétés possibles) — 3 cuill. à soupe de crevettes décortiquées — quelques moules — 1 pincée de safran — 1 l de court-bouillon — 2 cuill. à soupe de beurre — 2 cuill. à soupe de cognac — rouille (selon goût).*

Chauffez l'huile et faites sauter l'oignon haché et l'ail écrasé.

Emiettez les filets de poissons et faites roussir avec oignon et ail.

Beurrez la RÖMERTOPF-poissons trempée au préalable. Garnissez-la avec des pommes de terre épluchées et coupées en tranches, les légumes nettoyés et coupés, les tomates pelées et débitées en quatre.

Ajoutez le poisson coloré, l'oignon et l'ail. Mélangez et incorporez le court-bouillon, le sel, le poivre, la feuille de laurier écrasée, le zeste de citron et le safran.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant une heure à 200°.

Le poisson doit être bien cuit. Avant de servir, ajoutez le cognac. Mettez quelques crevettes et des moules dans chaque portion.

Servez avec une rouille et du pain frotté d'ail et frit.

En cas de régime, n'utilisez pas d'huile ni de beurre et servez sans pommes de terre.

Les potées

Les gourmets le savent depuis longtemps : une potée doit mijoter doucement et longtemps pour avoir ce goût délicat et tant apprécié.

Pendant la cuisson, la cocotte doit rester couverte. Le gros problème, pour ce genre de préparation, est qu'après un temps plus ou moins long la vapeur s'échappe. Il y a alors trop peu de jus de cuisson et il faut ajouter soit du bouillon, soit un autre liquide et mélanger. De ce fait, les ingrédients sont réduits en bouillie, ce qui n'est pas toujours très appétissant. De plus, la saveur est partiellement perdue.

La RÖMERTOPF trempée au préalable, apporte la solution idéale. En effet, dans cette cocotte, la potée peut cuire à son aise, sans qu'il soit nécessaire d'ajouter du liquide et sans perte de goût. On laisse mijoter à couvert pendant deux heures, sans plus s'en occuper.

Notez que si vous devez partir, vous pouvez, sans crainte, laisser la RÖMERTOPF pendant quatre à cinq heures à four doux et, dans ce cas, la température ne peut dépasser environ 130°.

Potée italienne « Bolaggio »

● *150 g de viande de porc salée, mais non fumée — 300 g de viande d'épaule de porc — 1 oignon — 2 carottes — 4 tomates — 1 gousse d'ail — 150 g de chou blanc — 150 g de haricots blancs — 1/4 l de bouillon de viande — sel — poivre — romarin — thym — aromates — 1 cuill. à soupe de beurre.*

Coupez la viande de porc en morceaux comme pour le goulasch. Avec du beurre fondu à la poêle, faites colorer des oignons coupés, des rondelles de carottes et des morceaux de tomates pelées.

Déposez le tout dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez le chou blanc coupé en lanières et les haricots blancs. Mouillez de bouillon et assaisonnez de poivre, de romarin, de thym puis mélangez.

Laissez mijoter à couvert au four à 220° pendant environ deux heures.

Cette recette n'est pas recommandée pour les régimes amaigrissants.

Potée de poulet

● *1 poulet — 2 cuill. à soupe de farine — 2 cuill. à soupe de beurre — 3/8 l de vin blanc sec — sel — poivre noir — 250 g de saucisses viennoises — 2 petites boîtes de champignons — 1 verre d'olives dénoyautées — 3 œufs — 1 paquet de pâte feuilletée surgelée ou préparée d'environ 150 g.*

Désossez le poulet cru. C'est assez difficile mais absolument indispensable. Débitez-le en morceaux que vous déposez avec le beurre dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter durant trente minutes à environ 250°.

Otez la cocotte du four, ouvrez et versez le vin blanc sec légèrement chauffé. Assaisonnez de sel et de poivre.

Coupez les petites saucisses en rondelles et ajoutez-les, dans la cocotte, avec les champignons nettoyés et les olives. Coupez les œufs cuits durs en rondelles et garnissez la viande.

Couvrez toute la potée d'une couche de pâte feuilletée et reportez au four, cocotte fermée, pendant environ une heure à 250°.

En cas de régime, n'en mangez que très peu...

Potée de restes de viande

● *200 g de restes de viande — 2 oignons — une grosse pomme — 1/2 boîte de haricots, pois ou asperges — 500 g de pommes de terre — 125 g de beurre — 1 tasse de fromage râpé — sel — poivre — 1/2 tasse de bouillon de viande.*

Garnissez le fond de la RÖMERTOPF, trempée au préalable, avec des noisettes de beurre.

Ajoutez l'oignon coupé en dés, puis la viande et un peu de bouillon. Déposez ensuite la pomme coupée en tranches (pelée et épépinée).

Incorporez les légumes et finalement les pommes de terre épluchées, crues ou cuites, coupées en rondelles.

Salez, poivrez et garnissez de quelques noisettes de beurre.

Couvrez et portez au four durant deux heures à 250°.

Avant de servir, ajoutez alternativement du beurre, du fromage râpé et épicez selon goût.

Cette recette n'est pas indiquée pour des régimes amaigrissants.

● **Variante :**
○ les restes de rôtis peuvent être remplacés par du foie frais.

Goulasch de champignons

● *600 g de champignons — 600 g de pommes de terre — 1 gros oignon — 150 g de lard fumé — 1 à 2 feuilles de laurier — 1 tasse de vin blanc sec — 1 tasse de crème fraîche — 1 cuill. à soupe de persil haché — 1 cuill. à soupe de ciboulette hachée — sel — poivre — un peu de sauce Tabasco.*

Faites brunir le lard coupé en dés dans une poêle. Débitez l'oignon en rondelles et laissez colorer en même temps.

Nettoyez les champignons et coupez-les en lamelles.

Ecrasez les pommes de terre cuites.

Déposez par couches et alternativement dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, les champignons, les pommes de terre, le lard, etc.

Incorporez le vin et la crème avec les herbes et épices, puis versez dans la cocotte.

Faites mijoter dans la cocotte fermée durant environ une heure un quart à 200°.

Selon goût, épicez ou allongez la sauce.

Cette recette n'est pas conseillée pour les régimes à cause des pommes de terre.

Ragoût irlandais

● *500 g de viande de mouton maigre — 250 g d'oignons — 250 g de chou blanc — 250 g de chou frisé — 250 g de haricots verts — 500 g de pommes de terre — sel — une pincée de poivre — 1 cuill. à thé de cumin — 1 gousse d'ail — 2 cuill. à soupe de beurre — 2 cuill. à soupe de persil haché — bouillon de viande.*

Coupez les oignons, les choux et les pommes de terre en gros dés ainsi que les haricots en morceaux.

Lavez la viande et ajoutez-la, coupée en gros dés. Arrosez avec deux tasses de bouillon de viande. Epicez avec du sel, du poivre, de l'ail et du cumin.

Mélangez le tout et déposez dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Couvrez et laissez mijoter au four pendant deux heures à 200°.

Avant de servir, ajoutez du beurre et saupoudrez chaque portion de persil haché.

N'utilisez pas des haricots en boîte, car leur temps de cuisson ne correspond pas à celui des autres ingrédients. Il faudrait ajouter les haricots en boîte plus tard, ce qui vous obligerait à remuer la potée, et c'est là chose à éviter à tout prix.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes, à cause de la teneur élevée en hydrates de carbone.

● **Variante :**
○ vous pouvez remplacer un des légumes par des tomates pelées.

Potée piquante

● *250 g de viande mélangée (porc, bœuf, veau et éventuellement mouton) — 1 gros os à moelle — 200 g d'oignons — 200 g de poivrons — 250 g de riz — 500 g de tomates — 1 gousse d'ail — 1 botte de poireaux — 1 céleri — 1 verre de yaourt — 5 tasses de bouillon de viande — poivre blanc — sel — 1 cuill. à soupe de saindoux.*

Déposez dans la RÖMERTOPF, trempée au préalable, la viande, l'os à moelle, les oignons coupés en gros quartiers, les tomates en tranches, les poivrons épépinés et coupés, l'ail écrasé et les légumes coupés finement.

D'autre part, faites brunir le riz dans une casserole avec le saindoux. Versez-y le bouillon et laissez bouillir durant environ cinq minutes.

Versez le riz et le bouillon sur la viande. Ajoutez le yaourt. Salez et poivrez.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter au four, au minimum pendant deux heures à 220°.

Retirez l'os de la préparation et rectifiez l'assaisonnement.

Pour les régimes, faites cuire sans os à moelle, sans graisses et laissez uniquement mijoter dans le liquide de cuisson (pas de bouillon). Le riz est également interdit.

● **Variante :**
○ remplacez les poivrons coupés par des poivrons farcis que vous ajoutez peu avant de servir. Epicez au curry.

Potée Saint-Hubert

● *750 g de gibier (au choix, cerf, biche ou sanglier) — 250 g de choucroute — 1 tasse pleine de grains de raisins frais — baies de genévrier — 2 feuilles de laurier — 1/4 l de crème fraîche — une pincée de poivre — romarin — 2 gros oignons — 2 cuill. à soupe d'huile.*

Hachez les oignons et laissez brunir à l'huile dans une poêle.

Otez les oignons de la poêle et déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Dans la même huile, faites revenir les morceaux de viande et ajoutez-les aux oignons dans la cocotte.

Incorporez la choucroute mélangée aux grains de raisins (utilisez indifféremment du raisin blanc ou bleu, mais ôtez les pépins).

Assaisonnez finalement avec les baies de genévrier, les feuilles de laurier, le romarin, le sel et le poivre. Ajoutez la crème fraîche.

Couvrez la cocotte. Laissez mijoter pendant une heure et demie à 200°.

Accompagnez de pommes de terre.

Potée chasseur

● *100 g de lard — 500 g de viande de cerf — 1 oignon moyen — 500 g de poireaux — 1 céleri — 500 g de pommes de terre — baies de genévrier — 2 feuilles de laurier — eau salée — 2 à 3 cuill. de vin rouge — sel — poivre.*

Coupez le lard et la viande en dés et couvrez-en le fond de la RÖMERTOPF trempée au préalable.

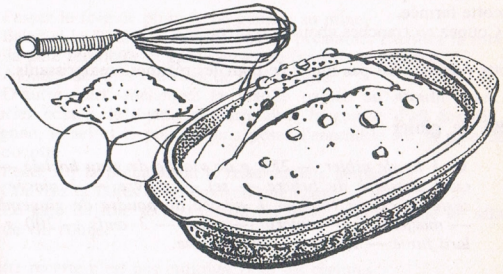
Nettoyez les légumes et coupez-les. Nettoyez et épluchez les pommes de terre et débitez-les en dés.

Déposez dans la cocotte, en couches alternatives, les légumes et les pommes de terre. Ajoutez les baies de genévrier et le laurier.

Couvrez le tout avec de l'eau salée.

Fermez la cocotte et portez au four à 250°. Laissez mijoter durant deux heures.

Avant de servir, mouillez de vin rouge et assaisonnez de sel et de poivre.



PATES ET SOUFFLES

Essayez pâtés et soufflés dans la RÖMERTOPF... Ils cuisent uniformément, et c'est là le secret de leur réussite !

Le gratin se fait durant les quinze dernières minutes de cuisson, cocotte ouverte.

Pâté aux champignons

● *1 paquet de pâte feuilletée surgelée ou une pâte préparée par vous-même — 500 g de champignons — 250 g de viande hachée — 2 oignons — 2 cuill. à soupe de beurre — sel — poivre — 2 œufs — 2 cuill. à soupe de persil haché.*

Préparez une abaisse de pâte feuilletée. Partagez-la, de manière à garder une moitié comme couverture, et déposez l'autre moitié dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Nettoyez les champignons. Coupez-les en quatre et faites-les revenir dans du beurre.

Pétrissez les champignons avec la viande hachée, l'oignon haché, du sel, du poivre, du persil et des jaunes d'œufs.

Battez les blancs d'œufs en neige bien ferme et incorporez-les délicatement au mélange.

Déposez le tout dans la cocotte, avec la deuxième moitié de pâte feuilletée, puis tassez.

Cuisez le pâté durant environ une heure à 200° dans la cocotte fermée.

Coupez en tranches chaudes ou froides.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes amaigrissants.

Pâté de gibier

● *1 kg de gibier — 250 g de viande de veau hachée — 4 cuill. à soupe de beurre — sel — poivre — 1 pincée de zeste de citron râpé — 1 pincée de poudre de gingembre — marjolaine — romarin — sauge — 3 œufs — 200 g de lard fumé — 1/4 l de crème fraîche.*

Coupez le gibier en gros morceaux et déposez-les avec assez bien de beurre dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Laissez mijoter pendant trente minutes à 220°, cocotte fermée.

Saupoudrez la viande d'herbes aromatiques. Salez, poivrez et laissez refroidir.

Désossez la viande. D'autre part, faites brunir la moitié du lard coupé en dés.

Mélangez le gibier, le lard bruni, le veau haché, l'œuf et la crème fraîche.

Remettez le tout dans la cocotte. Couvrez de fines tranches de lard et laissez rôtir durant deux heures à 220°.

Otez le couvercle et faites dorer pendant environ quinze minutes.

Servez avec une purée de pommes de terre et une salade.

● **Variantes :**
○ servez froid avec des toasts beurrés ; ou
○ remplacez la crème par du vin rouge ; ou
○ avant de dorer la préparation, saupoudrez de fromage râpé et gratinez à cocotte ouverte.

Pâté de foie

● *200 g de viande de porc cuite — 400 g de foie de génisse ou de porc — 100 g de lard maigre — 1 feuille de laurier — un peu de thym séché — marjolaine — 1 oignon — 1 gousse d'ail — 1 verre à liqueur de cognac ou de calvados — sel — poivre — pâte feuilletée — 1 cuill. à soupe de beurre.*

Passez le foie de porc ou de génisse au mixer.

Beurrez la RÖMERTOPF trempée au préalable. Etendez la moitié de la pâte feuilletée et garnissez-en le fond de la cocotte.

Ajoutez de fines tranches de lard maigre.

D'autre part, mélangez la viande passée au moulin avec le laurier écrasé, le thym, la marjolaine, la gousse d'ail écrasée, le cognac, le sel et le poivre, puis posez l'ensemble sur la pâte dans la cocotte.

Posez sur la préparation le reste de pâte feuilletée.

Couvrez et faites cuire environ une heure un quart à 200°.

Le pâté de foie se sert chaud ou froid, accompagné de salade et de vin rouge.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes.

Soufflé de nouilles

● *250 g de nouilles larges — 150 g de jambon cuit — 50 g de fromage râpé — 2 cuill. à soupe de persil haché — 2 œufs — 1 gros oignon — sel — poivre — 1 petite boîte de champignons — 1 tasse de crème fraîche — 3 cuill. à soupe de beurre.*

Faites cuire les nouilles aux trois quarts.

Déposez-en la moitié dans la RÖMERTOPF trempée au préalable et ajoutez le jambon coupé en lanières.

Mélangez, d'autre part, les œufs avec la crème, le fromage, le persil, l'oignon haché et ajoutez les champignons.

Versez dans la cocotte la moitié de cette préparation sur les nouilles, puis à nouveau des nouilles et enfin le reste du mélange. Garnissez de noisettes de beurre.

Couvrez et faites cuire durant une demi-heure à 250°.

Otez le couvercle et faites gratiner environ quinze minutes.

Servez avec beaucoup de salade, endive ou laitue.

● **Variantes :**
○ remplacez les champignons par des bouquets de chou-fleur ou des pois. On peut aussi ajouter des tomates ; ou
○ ajoutez au mélange une tasse de ketchup ; ou
○ remplacez le jambon par des restes de rôti ; ou
○ remplacez le jambon par de la chair à saucisse ou du haché de viandes mélangées.

Soufflé aux épinards

● *600 g d'épinards surgelés ou 1 kg d'épinards frais — 1 gros oignon — 100 g de jambon cuit ou cru — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de farine — 2 œufs — tranches de fromage — un peu de lait en boîte — sel — poivre — noix de muscade râpée — sauce Tabasco — 2 cuill. à soupe de persil haché.*

Dégelez les épinards ou faites-les bouillir. Passez au mixer.

Mélangez-les avec l'oignon râpé finement, le jambon coupé en lanières, la farine, les jaunes d'œufs, le lait, le sel, le poivre, la noix de muscade râpée, la sauce Tabasco et du persil haché.

Ajoutez les blancs d'œufs battus en neige.

Garnissez le fond de la RÖMERTOPF trempée au préalable, de noisettes de beurre et versez-y la préparation.

Couvrez de tranches de fromage et garnissez de noisettes de beurre.

Posez le couvercle et laissez mijoter pendant environ cinquante minutes à 220°.

Cette recette convient aux régimes si l'on supprime le riz et les pommes de terre.

● **Variantes :**
○ mélangez 500 g de purée de pommes de terre avec les ingrédients ; ou
○ ajoutez trois tasses de riz cuit ; ou
○ ajoutez environ 125 g de lard bruni ; ou
○ garnissez les épinards avant cuisson avec des rondelles d'œufs durs et des filets d'anchois ; ou
○ ajoutez de l'ail (trois ou quatre gousses) pressé à la préparation et mouillez de crème fraîche avant de servir ; ou
○ au lieu de tranches de fromage, terminez la préparation en saupoudrant de fromage râpé et couvrez avec de fines tranches de lard posées en quadrillé.

Soufflé au fromage blanc

● *500 g de fromage blanc gras — 1/4 l d'eau — sel — poivre — 2 cuill. à soupe d'olives dénoyautées — 2 cuill. à soupe de câpres — 1 cuill. à soupe de ketchup — 2 cuill. à soupe de ciboulette hachée — 500 g de pommes de terre nature — 200 g de salami — 3 tomates.*

Mélangez le fromage blanc avec l'eau, le sel et le poivre. Ajoutez les olives hachées, les câpres et la ciboulette, puis accommodez avec le ketchup.

Coupez les pommes de terre en tranches et incorporez-les dans le mélange de fromage, avec les tomates pelées et coupées.

Faites cuire à couvert dans la RÖMERTOPF trempée au préalable, pendant environ quarante minutes à 220°.

Servez avec de la salade.

Soufflé au fromage

● *2 tasses de fromage râpé — 100 g de beurre — 100 g de farine — 1/4 l de lait — 4 œufs — noix de muscade râpée — sel — poivre — un peu de sauce Tabasco — 2 cuill. à soupe de persil haché.*

Dans une casserole, faites fondre le beurre (en utiliser un peu pour graisser la RÖMERTOPF trempée au préalable) et ajoutez-y la farine. Versez du lait et faites bouillir.

Assaisonnez de sel, de poivre, de noix de muscade râpée et de Tabasco, puis mélangez au fromage les jaunes d'œufs et les blancs battus en neige.

Déposez dans la cocotte préchauffée. Couvrez et laissez cuire durant cinquante-cinq minutes à 200°.

Soufflé au thon

● *3 tasses de nouilles cuites — 3 œufs — 1/8 l de crème fraîche — 1 boîte et demie de thon — 1 poivron — 1 cuill. à soupe de persil haché — sel — poivre — 1 boîte de champignons — 1 cuill. à soupe de jus de citron.*

Mélangez bien les ingrédients et faites-les mijoter dans la

RÖMERTOPF trempée au préalable et couverte durant environ une heure et demie à 150°.

Servez avec une salade.

● **Variantes :**

○ saupoudrez abondamment de fromage râpé ; ou

○ épicez avec beaucoup d'ail et, dans ce cas, ajoutez du persil haché et supprimez les champignons ; ou

○ remplacez les nouilles par du riz et ajoutez du concentré de tomates ou du ketchup ; ou

○ relevez avec un peu de cognac ; ou

○ remplacez les nouilles par des rondelles de pommes de terre et faites cuire dans ce cas avec 125 g de beurre.

Soufflé de pommes de terre

● *2 œufs — 100 g de sucre — 2 cuill. à soupe de beurre — 50 g d'amandes pilées — 1 jus de citron — 500 g de pommes de terre.*

Battez le beurre, le sucre et les œufs jusqu'à obtention d'une pâte légère.

Ajoutez ensuite peu à peu les pommes de terre en purée, les amandes et le jus de citron.

Déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Couvrez et laissez cuire pendant environ quarante-cinq minutes à 250°.

Soufflé de jambon

● *8 à 10 tranches de pain blanc — 300 g de jambon cuit en morceaux — 1/8 l de crème fraîche — 3 œufs — 50 g de fromage parmesan râpé — 50 g de beurre — sauce au soya — sel — poivre — noix de muscade râpée.*

Déposez dans la RÖMERTOPF trempée au préalable la moitié des tranches de pain coupées très fines.

Ajoutez le jambon et posez-le sur le pain.

Mettez une nouvelle couche de pain blanc.

Mélangez ensuite la crème fraîche avec les œufs et le fromage râpé.

Relevez de sauce au soya, de sel, de poivre et de muscade.

Versez le mélange uniformément sur la dernière couche de pain.

Avant de poser le couvercle, garnissez de noisettes de beurre.

Le soufflé doit cuire environ une heure à 250°.

Servez-le avec une salade ou des tomates.

Soufflé au céleri

● *2 gros pieds de céleris — 2 pommes moyennes — 200 g de jambon cuit en un bloc — 2 tranches d'ananas — 1/8 l de crème fraîche — 1/8 l de vin blanc sec — 1 cuill. à soupe de Maïzena — sel.*

Nettoyez les pieds de céleris. Epluchez les pommes et épépinez-les.

Râpez le tout grossièrement.

Coupez le jambon et l'ananas en petits dés et mélangez-les avec le céleri et les pommes.

Déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Mélangez la crème avec le vin blanc sec, la Maïzena, une pincée de sel et versez ce mélange sur la préparation.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter durant une heure un quart à 220°.

Servez avec des pommes de terre en robe des champs.

Soufflé de fromage blanc printanier

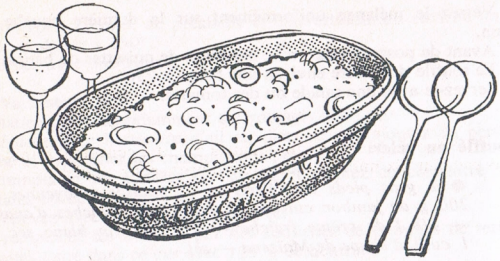
● *300 g de fromage blanc — 4 œufs — 50 g de parmesan râpé — 1 tasse d'herbes aromatiques hachées finement (persil, ciboulette, estragon, cerfeuil) — 1/2 tasse de chapelure — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de beurre.*

Mélangez le fromage blanc avec les œufs, le parmesan, les herbes aromatiques et la chapelure. Assaisonnez de sel et de poivre.

Déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable et saupoudrez de chapelure. Garnissez de noisettes de beurre. Couvrez la cocotte.

Faites cuire durant quarante-cinq minutes à 250° puis servez.

Accompagnez d'une salade de tomates.



RIZ ET PATES

Le riz ne doit jamais coller. Pour avoir un bon résultat, utilisez la RÖMERTOPF ! Vous l'obtiendrez sec, en longs grains, comme les connaisseurs l'aiment.

La méthode de cuisson est simple : faites cuire le riz dans très peu de liquide, sans mélanger, à feu doux.

Recette de base

● *3 tasses de riz — 4 tasses 1/2 de bouillon de viande ou de poule — 1/2 cuill. à thé de curry — 2 cuill. à soupe de persil haché — 1 cuill. à soupe de beurre.*

Mettez le riz et le bouillon dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez le curry.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant quarante minutes à 220°.

Pour enlever la vapeur ouvrez la cocotte et laissez dans le four éteint pendant dix minutes.

Avant de servir, ajoutez du persil haché et quelques noisettes de beurre.

Recette de riz à ma façon

● *3 tasses de riz — 1 oignon — 1 cuill. à soupe de beurre — 4 tasses 1/2 de bouillon de viande ou de poule — 1/2 cuill. à thé de curry.*

Faites dorer l'oignon haché dans du beurre fondu. Versez le riz dessus et laissez cuire quelques instants pour que le riz soit rendu bien lisse.

Ajoutez le bouillon et épicez.

Laissez cuire pendant environ cinq minutes.

Déposez le riz dans la RÖMERTOPF trempée au préalable et préchauffée.

Laissez cuire durant trente minutes à 220°, couvercle fermé, et puis pendant dix minutes, couvercle ouvert, pour sécher le riz.

Riz aux champignons

● *3 tasses de riz — 1 oignon — 1 cuill. à soupe de beurre — 4 tasses 1/2 de bouillon de viande ou de poule — 1/2 cuill. à thé de curry — 250 g de champignons.*

Faites dorer les champignons coupés en lamelles dans un peu de beurre fondu. Versez le riz par-dessus et laissez cuire quelques instants pour que le riz soit bien lisse.

Ajoutez le bouillon et épicez.

Laissez cuire la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable, selon la recette précédente.

● **Variante :**

○ avant de laisser cuire le riz dans la cocotte, ajoutez une boîte de petits pois.

Riz au foie

● *500 g de foie — 350 g de riz — 1 l de bouillon de viande — 100 g de lard fumé maigre en tranches.*

Coupez le foie en petits dés ou en lanières et déposez-le avec le riz lavé dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez le bouillon et couvrez la cocotte.

Faites cuire pendant quarante minutes à 220°.

Sortez la RÖMERTOPF du four et couvrez le contenu avec des tranches de lard.

Refermez la cocotte et reportez au four pendant encore vingt minutes.

Accompagnez d'une salade d'endives ou de tomates.

Riz à la hongroise

● *750 g de viande de bœuf maigre — 2 poivrons moyens — 175 g de riz — 1/2 l d'eau — 3 cuill. à soupe de parmesan râpé. — 1 cuill. à soupe de paprika doux en poudre — sel.*

Coupez la viande en dés et déposez-la dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Saupoudrez de sel et de paprika.

Epépinez les poivrons et coupez-les en lanières, puis couvrez-en la viande. Ajoutez le riz lavé et l'eau.

Assaisonnez de sel et mélangez bien le tout.

Couvrez la cocotte et portez-la au four. Laissez mijoter pendant une heure et demie à 220°.

Environ quinze minutes avant la fin du temps de cuisson, sortez la cocotte. Saupoudrez le contenu de parmesan et reportez au four à découvert pour terminer la cuisson.

Avant de servir, saupoudrez de paprika doux.

Riz pilaf à la serbe

● *2 tasses de riz — 4 tasses de bouillon de viande — 400 g de filet de porc — 3 oignons — 3 poivrons — 2 cuill. à soupe de beurre — 3 cuill. à soupe de lardons — paprika — sel — 1 boîte de concentré de tomates — fromage râpé (gruyère ou parmesan) — 2 cuill. à soupe de ketchup.*

Faites roussir les dés de lard. Ajoutez le beurre puis les oignons coupés en dés, les poivrons débités en tranches et le filet de porc.

Déposez le tout dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Versez le riz et mouillez de bouillon bien chaud.

Couvrez et laissez mijoter durant environ quarante-cinq minutes au four à 200°.

Avant de servir, ajoutez le ketchup et le fromage râpé.

Assaisonnez de sel et de poivre.

Cette recette ne contient pas un taux de calories trop élevé. Cependant, en cas de régimes sévères, elle est à déconseiller.

● **Variantes :**

○ accommodez fortement avec de l'ail écrasé ; ou

○ mélangez un verre de yaourt avec une poignée de persil haché. Ajoutez ce mélange à la sauce et reportez à cuisson un court moment ; ou

○ mélangez trois œufs avec un verre à liqueur d'alcool blanc fort. Salez légèrement et versez sur la préparation peu avant de servir.

Risotto

● *250 g de riz — 1 cuill. à soupe d'huile — 1 l de bouillon de poule — 1 oignon — 250 g de chair à saucisse — 1 tasse de parmesan râpé — 250 g de tomates — sel — poivre.*

Faites brunir l'oignon haché et le riz dans de l'huile et déposez le tout dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Laissez mijoter pendant environ trente minutes à 150°, avec couvercle.

Mélangez le fromage avec le riz, puis ajoutez la viande hachée entre deux couches de la préparation. Garnissez de tomates pelées et coupées en tranches et laissez encore mijoter durant vingt minutes à 200°.

● **Variantes :**

○ cuisez 125 g de dés de lard fumé. Ajoutez l'oignon et le riz, puis faites colorer. Remplacez une partie du liquide par du concentré de tomates ; ou

○ coupez 250 g de poivrons en rondelles. Ajoutez-les, puis épicez avec du paprika doux ; ou

○ remplacez la chair à saucisse par des foies de volaille et ajoutez des champignons coupés ; ou

○ remplacez la chair à saucisse par du salami. Ajoutez quelques noisettes de beurre et épicez. Garnissez de filets d'anchois ;

○ remplacez la chair à saucisse par 400 g de filets de poisson bien salé et arrosez de jus de citron ;

○ surtout n'oubliez pas que le risotto est une préparation pour laquelle presque tous les restes de viande ou de volaille conviennent, de même presque tous les légumes.

Risotto aux champignons

● *1/2 oignon — 100 g de beurre — 250 g de riz — 75 g de champignons crus — 75 g de pointes d'asperges*

— 75 g de jambon cru — 2 tomates — 1/2 tasse de crème fraîche — 75 g de parmesan râpé — 1 tasse de vin blanc sec — 1/2 l de bouillon de viande — sel — poivre et aromates.

Hachez les oignons et faites-les revenir à la poêle dans du beurre avec le riz.

D'autre part, faites colorer les champignons, les pointes d'asperges, le jambon en lanières et les tomates pelées et coupées.

Déposez le tout dans la RÖMERTOPF trempée au préalable et ajoutez le vin blanc, ainsi que le bouillon, puis assaisonnez de sel, de poivre et d'aromates.

Couvrez et laissez mijoter durant quarante minutes à 220°.

Avant de servir, incorporez le beurre restant, la crème fraîche et le fromage râpé.

Cette recette n'est pas indiquée pour des personnes suivant un régime alimentaire.

Nouilles au fromage

● *400 g de nouilles — 4 oignons — 125 g de beurre — 150 g de fromage râpé — 1 tasse de crème fraîche — sel — poivre.*

Faites bouillir les nouilles jusqu'à demi-cuisson.

Entre-temps, hachez l'oignon et faites-le dorer dans le beurre.

Déposez dans la RÖMERTOPF trempée au préalable, environ 2 cm d'épaisseur de nouilles. Saupoudrez de beaucoup de fromage et ajoutez une portion d'oignons.

Répétez cette opération environ trois fois. Terminez par une couche de nouilles.

Mélangez la crème fraîche avec du sel, du poivre et versez sur les nouilles.

Laissez mijoter durant trente minutes à 200° dans la cocotte fermée.

Servez avec de la salade.

Ces recettes ne sont pas indiquées pour des régimes à basses calories.

● **Variantes :**

○ ajoutez du jambon haché ou des restes de viande ; ou

○ mélangez la crème fraîche avec du ketchup ; ou

○ cuisez des lardons et ajoutez-les à la préparation avant de laisser mijoter.

Lasagnes à la romaine

● *250 g de macaroni — 100 g de beurre — 100 g de salami — 100 g de viande hachée — 3 œufs — 200 g de tomates — un peu de ketchup — 100 g de fromage râpé — 3 cuill. à soupe de raisins de Corinthe — 3 cuill. à soupe de noisettes hachées — 1/2 oignon — 1 gousse d'ail — 2 cuill. à soupe de persil haché — sel — poivre.*

Mélangez le haché avec les œufs, les raisins de Corinthe, les noisettes hachées, l'ail pressé et l'oignon haché. Ajoutez éventuellement un peu d'eau si le mélange est trop épais, puis façonnez des boulettes.

D'autre part, cuisez le macaroni, mais il doit rester un rien croquant.

Déposez un tiers des pâtes dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Faites également cuire un œuf dur. Coupez-le en tranches et couvrez-en les macaroni, puis ajoutez les boulettes.

Passez les tomates au mixer et ajoutez le ketchup.

Versez la moitié de la sauce dans la cocotte. Saupoudrez avec un peu de fromage, puis remplissez la RÖMERTOPF en couches successives, alternées comme ci-dessus, en terminant par le reste des pâtes.

Garnissez de noisettes de beurre.

Faites cuire environ pendant quarante minutes à 250°.

Otez le couvercle et laissez dorer durant environ quinze minutes.

Vous pouvez accompagner vos recettes de riz et de pâtes d'une :

Sauce végétarienne

● *3 aubergines — 500 g de tomates — 150 g de champignons — céleri-rave — 2 oignons moyens — 1 poivron vert — 2 gousses d'ail — 1/4 cuill. à thé de thym — 1 cuill. à thé de basilic — 1 tasse d'huile d'olive — bouquet de persil — sel.*

Lavez et épépinez les aubergines puis coupez-les en petits morceaux.

Pelez et coupez les tomates en quatre.

Nettoyez les champignons et débitez-les en fines tranches. Hachez le céleri.

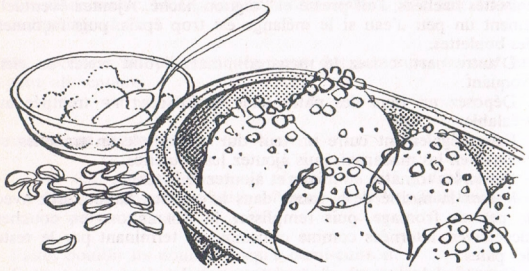
Coupez les oignons très finement et épépinez le poivron. Coupez-le en lanières fines.

Déposez le tout dans un plat et pressez de l'ail. Epicez avec du thym, du basilic et du sel.

Mélangez avec le contenu du plat et déposez la préparation dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez la tasse d'huile et de l'eau jusqu'à ce que la préparation soit couverte.

Mijotez au four pendant deux heures.



DESSERTS

Les desserts préparés dans la RÖMERTOPF ne manqueront pas de vous plaire... Notez qu'il faut réserver une cocotte spéciale pour plats sucrés, car celle-ci conserve le goût et l'arôme des ingrédients doux.

Pommes au four

● *8 pommes moyennes non épluchées — 4 cuill. à soupe de sucre — 4 cuill. à soupe d'amandes hachées — 4 cuill. à soupe de raisins de Corinthe — 1 cuill. à soupe de rhum — 1/2 tasse de vin blanc — 1 pincée de cannelle — 1 cuill. à thé de beurre — crème fraîche.*

Enlevez le trognon des pommes.

D'autre part, mélangez le sucre, la cannelle, les amandes, les raisins de Corinthe et le rhum. Rendez onctueux à l'aide de crème fraîche. Versez ce mélange dans l'espace réservé par les trognons de pommes enlevés.

Déposez les pommes les unes à côté des autres dans la RÖMERTHOF trempée au préalable.

Versez le vin blanc et garnissez de noisettes de beurre.

Couvrez et faites cuire durant trente minutes à 250°.

Les temps de cuisson dépendent de la variété de pommes et peuvent, de ce fait, être augmentés de dix à vingt minutes.

● **Variantes :**

○ remplacez le sucre par du miel ; ou
○ épluchez les pommes ; ou
○ remplacez le sucre par de la confiture ; ou
○ remplissez les pommes uniquement de confiture ; ou
○ ajoutez des morceaux d'ananas très fins ; ou
○ changez le goût du mélange par du jus d'orange et du zeste râpé ; ou
○ au lieu de vin blanc, nappez de crème vanille ; ou
○ arrosez les pommes cuites (pelées dans ce cas) d'advocaat.

Beignets de pommes à la viennoise

● *250 g de farine — 1 pincée de sel — 1 œuf — 3 cuill. à soupe de beurre fondu — 3 cuill. à soupe d'eau — beurre.* Pour la farce : *environ 1 kg de pommes — 1 verre à liqueur de rhum — 1/2 jus de citron — 1/2 zeste râpé de citron — 100 g de noisettes râpées — 100 g de sucre — cannelle — 50 g de raisins de Corinthe — 2 sachets de sucre vanillé — 1 tasse de lait.*

Préparez une pâte à beignets avec de la farine, du sel, un œuf, du beurre fondu et de l'eau. Formez une grande boule et laissez reposer durant trente minutes à température ambiante.

Couvrez la table d'un linge fin et passez la pâte au rouleau jusqu'à ce qu'elle soit très fine (la lumière doit pouvoir passer au travers). A l'aide d'un pinceau, badigeonnez sur la pâte du beurre fondu.

Epluchez les pommes, ôtez le trognon et coupez-les en fines rondelles.

Faites mariner les pommes dans du rhum et du jus de citron mélangés. Puis enrobez-les d'un mélange de sucre, de sucre vanillé, de zeste de citron et de noisette.

Posez cette préparation sur la pâte. Saupoudrez de cannelle. Enroulez les beignets, coupez-les en deux et déposez-les, les uns à côté des autres, dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Enduisez une dernière fois de beurre fondu et saupoudrez de sucre.

Mélangez le lait avec un paquet de sucre vanillé et versez délicatement le long des beignets.

Vous pouvez ajouter éventuellement des prunes ou des cerises à la préparation.

Fermez la cocotte et faites cuire durant une heure à 200°.

Otez le couvercle et laissez brunir pendant environ vingt minutes.

Beignets de fromage blanc aux raisins de Corinthe

● *1 paquet de pâte feuilletée surgelée — 375 g de fromage blanc — 1 tasse de raisins de Corinthe — 1 verre à liqueur de rhum — 50 g de noisettes râpées — 3 œufs — 1 pincée de sel — 1 cuill. à soupe de Maïzena — 4 grosses cuill. à soupe de sucre fin — 1/8 l de crème fraîche — 1 sachet de sucre vanillé.*

Façonnez une abaisse de pâte feuilletée très fine.

Faites gonfler les raisins de Corinthe dans le rhum et incorporez-les au fromage blanc, avec les noisettes râpées, l'œuf, le sucre, le sel et la Maïzena.

Déposez une couche épaisse de cette préparation sur la pâte feuilletée et enroulez celle-ci délicatement. Portez dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Mélangez la crème fraîche avec le sucre vanillé et nappez le beignet.

Faites cuire à couvert pendant cinquante minutes à 200°.

Ce dessert se mange chaud ou froid, selon goût.

Cette recette n'est pas indiquée pour des régimes amaigrissants.

Soufflé de froment aux cerises du Nord

● *250 g de semoule de froment — 1 l de lait — 100 g de sucre — 50 g de raisins de Corinthe — 2 cuill. à soupe de rhum — 50 g de confiture de cerises du nord — 1 pincée de cannelle — 1/2 zeste de citron râpé — 1 sachet de sucre vanillé — 2 œufs — 2 cuill. à soupe de beurre.*

Faites bouillir le lait avec le sucre, puis ajoutez doucement la semoule de froment et préparez une sorte de bouillon.

Faites gonfler les raisins de Corinthe dans le rhum et ajoutez-les avec le zeste de citron dans la bouillie.

Accommodez la confiture de cerises du nord avec de la cannelle et du sucre vanillé. Laissez imprégner durant dix minutes, puis séparez le liquide de la confiture.

Beurrez la RÖMERTOPF trempée au préalable et versez une couche de bouillie de semoule de froment, puis une couche de cerises et ainsi de suite.

Ajoutez les œufs au dernier tiers de la bouillie de froment et terminez par celle-ci.

Couvrez la cocotte et laissez cuire pendant trente minutes à 220°. La surface doit être dorée.

Ce dessert se mange chaud ou froid avec du jus de cerises lié à la Maïzena.

Cette recette est contre-indiquée pour les régimes.

Fourré de pommes à l'anglaise

● *1 paquet de pâte feuilletée surgelée — 1,250 kg de pommes sûres — 1 citron — 1 cuill. à thé de cannelle — 250 g de sucre — 2 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de confiture de groseilles rouges — 3 cuill. à soupe de raisins de Corinthe — 2 cuill. à soupe de rhum — 1 cuill. à thé de poudre de gingembre.*

Garnissez le fond de la RÖMERTOPF trempée au préalable avec la moitié de la pâte feuilletée.

Epluchez les pommes, ôtez le trognon et coupez-les en petites tranches.

Gonflez les raisins de Corinthe dans le rhum et mélangez-les avec des pommes, du jus de citron, de la cannelle, du gingembre, du sucre, de la confiture de groseilles rouges et versez dans la cocotte.

Couvrez le tout avec la deuxième moitié de la pâte feuilletée

et soudez les bords de la pâte. Piquez à la fourchette cette couverture en quelques endroits et garnissez de noisettes de beurre.

Fermez la cocotte et laissez cuire durant environ une heure un quart à 200°.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes amaigrissants.

Soufflé aux cerises

● *600 g de cerises noires — 100 g de sucre fin — 50 g de farine — 1/4 l de lait — 2 œufs — 1 pincée de sel — 1 sachet de sucre vanillé ou un peu de zeste de citron râpé.*

Mélangez l'œuf avec la farine, puis ajoutez le lait, le sucre vanillé ou le zeste de citron et le sel. Rendez la préparation bien homogène.

Déposez les cerises dénoyautées dans la RÖMERTOPF trempée au préalable, et versez le mélange (passé afin d'éviter les grumaux).

Saupoudrez de sucre et faites cuire environ quarante minutes, à couvert, à 250°.

Pendant la seconde moitié du temps de cuisson, ôtez le couvercle.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes.

Soufflé au riz et aux pommes

● *2 tasses de riz — 4 tasses de lait — 250 g de fromage blanc gras — 4 cuill. à soupe de sucre fin — 1 sachet de sucre vanillé — 1 tasse de raisins de Corinthe — 500 g de pommes sûres — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 verre à liqueur de cognac.*

Faites cuire à couvert le riz avec le lait et le sucre pendant environ trente minutes, à 180°, dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez ensuite le fromage blanc, le sucre vanillé, le cognac, les raisins de Corinthe et les pommes pelées et coupées en très fines tranches.

Couvrez la cocotte et reportez à cuisson pendant environ trente minutes à 200°.

Otez ensuite le couvercle et laissez un moment au four éteint mais encore chaud.

Ce dessert se mange froid ou chaud.

● *Variantes :*
○ ajoutez de la crème fraîche battue ; ou
○ ajoutez un zeste de citron râpé ; ou
○ remplacez les pommes par un autre fruit ou par de la compote de fruits ; ou
○ si le plat est mangé chaud, couronnez chaque portion d'une boule de crème instantanée aux fraises ; ou
○ versez sur chaque portion un verre d'advocaat ou de kirsch.

Soufflé au rhum

● *1/2 tasse de sucre — 60 g de chocolat fondant en bloc — 5 cuill. à soupe de beurre — 2 cuill. à soupe de farine — 1 pincée de sel — 1 tasse de lait chaud — 1 cuill. à thé d'essence de vanille — 2 cuill. à soupe de rhum — 4 œufs — 2 cuill. à soupe de sucre.*

Enduisez de deux cuillerées à soupe de beurre la RÖMERTOPF, trempée au préalable, et saupoudrez ensuite de sucre fin.

Faites fondre le chocolat dans un récipient au bain-marie.

Faites de même avec le beurre.

Ajoutez la farine et le sel au beurre et faites colorer durant une minute.

Incorporez ensuite le sucre et le lait petit à petit, en mélangeant au fouet, puis laissez à nouveau cuire pendant une minute. La masse s'est épaissie maintenant et il faut l'enlever du feu.

Ajoutez-y la vanille et le chocolat fondu. Laissez refroidir pendant environ dix minutes. Ensuite, sans arrêter de mélanger, ajoutez le rhum et les jaunes d'œufs, puis finalement les blancs d'œufs battus en neige.

Transvasez très vite la masse dans la RÖMERTOPF et faites cuire à couvert pendant environ une heure à 200°.

Servez immédiatement et couronnez chaque portion d'une boule de glace à la vanille.

Soufflé aux fraises

● *1/2 tasse de sucre fin — 1 tasse 1/2 de fraises*

fraîches ou surgelées — 2 cuill. à thé de citron — 1/2 cuill. à thé de zeste de citron râpé — 1 verre à liqueur de cognac — 4 œufs — 2 cuill. à soupe de beurre.

Beurrez la RÖMERTOPF trempée au préalable et saupoudrez-la de sucre. Portez-la au chaud.

Nettoyez les fraises ou dégelez-les, puis sucrez. Faites-les bouillir ensuite avec du jus de citron et du zeste râpé.

Retirez du feu, ajoutez le cognac et laissez refroidir environ dix minutes, puis ajoutez les jaunes d'œufs.

Finalement, incorporez doucement les blancs d'œufs battus en neige et faites cuire dans la cocotte couverte pendant quarante minutes à 200°.

Garnissez de fraises entières et de crème fraîche.

Soufflé aux bananes

● *2 cuill. à soupe de beurre — 1/2 l de lait — 2 citrons — 10 bananes — 100 g de sucre fin — 1 verre à liqueur de rhum — 1 paquet de pudding vanillé — 2 cuill. à soupe d'amandes hachées.*

Faites bouillir le pudding avec le lait et le sucre.

Ajoutez les jaunes d'œufs, le jus de citron et son zeste râpé.

Au mixer, battez les bananes et les blancs d'œufs en neige.

Ajoutez au pudding.

Laissez cuire à couvert dans la RÖMERTOPF trempée au préalable, pendant trente minutes à 250°.

Soufflé Cherry-Brandy

● *3 cuill. à soupe de farine — 5 cuill. à soupe de beurre — 3/4 d'une tasse de lait chaud — 1/2 tasse de noix hachées — 1/2 tasse de sucre — 4 œufs — 4 cuill. à soupe de liqueur aux cerises.*

Enduisez de deux cuillerées à soupe de beurre la RÖMERTOPF trempée au préalable et saupoudrez de sucre.

Faites fondre les trois cuillerées de beurre et ajoutez la farine puis le lait en fouettant légèrement. Laissez bouillir jusqu'à épaississement.

Incorporez le sucre et remuez jusqu'à ce qu'il soit fondu. Enlevez le récipient du feu et laissez refroidir.

Ajoutez les jaunes d'œufs, la liqueur puis finalement les blancs d'œufs battus en neige.

Déposez l'ensemble très vite dans la cocotte et saupoudrez de noix hachées.

Couvrez et laissez cuire durant environ quarante minutes à 200°.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes.

Pommes aux amandes

● *8 pommes moyennes — 75 g d'amandes — 100 g de sucre fin — 2 œufs — 2 cuill. à soupe de chapelure — sucre impalpable — amandes hachées finement.*

Pelez les pommes, épépinez et déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Mélangez les amandes avec la moitié du sucre et introduisez ce mélange entre les pommes et dans celles-ci, à la place du trognon ôté.

Battez les œufs avec le reste du sucre. Ajoutez la chapelure et couvrez les pommes de ce mélange.

Fermez la cocotte et laissez cuire pendant quarante-cinq minutes à une heure à 200°.

Saupoudrez de sucre impalpable pour donner du brillant aux pommes et garnissez d'amandes hachées.

Servez ce dessert appétissant.

Les temps de cuisson varient selon les variétés de pommes.

Confiture pêches et melon

● *500 g de pêches dénoyautées — 250 g de melon pelé — 600 g de sucre — 1 citron.*

Passez les pêches au mixer et coupez le melon en fines lamelles.

Mélangez avec le sucre toute la préparation et déposez-la dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Couvrez et faites cuire durant environ une heure et demie à 200°.

Ajoutez le jus et le zeste râpé d'un citron et mélangez lorsque la préparation est encore chaude.

Confiture airelles et poires

● *500 g d'airelles — 250 g de poires — 600 g de sucre — 1 citron — 1 sachet de sucre vanillé.*

Préparez les airelles. Saupoudrez-les de sucre et portez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Laissez macérer durant environ une heure.

Entre-temps, pelez les poires, épépinez-les et coupez-les en quatre.

Ecrasez les poires molles ou coupez les poires dures en petits morceaux.

Mélangez aux airelles et faites cuire environ une heure et demie à 200°, dans la cocotte à couvert.

A la marmelade encore chaude, ajoutez du sucre vanillé, du jus et le zeste d'un citron.

Petits pains rôtis

Si les déjeuners ou dîners se terminent par des desserts, songez qu'en nos régions, il n'est point de repas sans petits pains croustillants.

Dans la RÖMERTOPF, ils seront tout frais, même après plusieurs jours, comme s'ils sortaient de chez le boulanger.

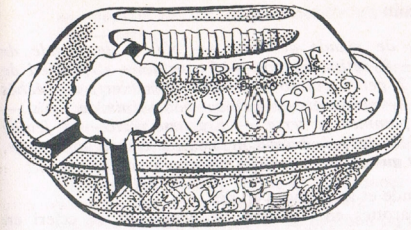
Déposez les petits pains dans la RÖMERTOPF sèche cette fois. Vous pouvez même en ajouter une deuxième couche en quinconce sur la première.

Ajoutez quelques noisettes de beurre sur la croûte.

Couvrez la cocotte. Portez-la au four froid et faites chauffer durant quinze minutes à 250°.

Les petits pains sont entièrement chauffés et redeviennent frais.

Pour avoir une croûte croustillante, laissez la cocotte sans couvercle pendant dix minutes dans le four éteint mais encore chaud.



RECETTES EXOTIQUES

Voici quelques recettes qui viennent d'ailleurs... Si vous rêvez d'un petit dépaysement culinaire, c'est le moment de les essayer, d'autant plus que, dans la RÖMERTOPF, elles sont vraiment exquises.

Ces recettes ne sont pas aussi difficiles à réussir qu'on pourrait le croire à première vue. Laissez-vous tenter.

Potage aigre-doux à la pékinoise

● *200 g de filet de porc — 100 g de pousses de bambou — 100 g de champignons — 1/2 oignon — 25 g de nouilles glacées à la chinoise — 1 l de bouillon de poule — 1 cuill. à soupe de sauce soya — 1 cuill. à soupe de vinaigre — 1 cuill. à soupe de Maïzena — 1 cuill. à soupe de beurre — sel — poivre — sucre fin.*

Coupez la viande en tranches très fines et faites-la sauter dans du beurre.

Déposez la viande, les pousses de bambou, les champignons coupés et de fines rondelles d'oignons dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Versez le bouillon, le vinaigre et la sauce soya. Ajoutez les nouilles glacées et la Maïzena délayée dans un peu de liquide.

Faites mijoter à couvert pendant une heure à 220°.

Le potage doit être très épais. S'il est trop liquide, laissez-le mijoter un peu plus longtemps dans la cocotte sans couvercle.

Puchero mexicain

● *500 g de viande de bœuf — 500 g de viande de mouton — 2 petits oignons — 4 carottes — 1/2 pied de céleri — 2 petits poivrons chiliens frais (vert) ou séchés (rouge) — 4 tomates — 4 à 6 petits épis de maïs — 4 petites pommes de terre — 1 gousse d'ail — 1 feuille de laurier — sel — 2 cuill. à soupe d'épices (ciboulette, romarin et autres).*

Coupez la viande et les oignons en dés.

Débitez les carottes en rondelles, le demi-pied de céleri en lanières et les poivrons chiliens en très petits morceaux (à cause du goût très piquant).

D'autre part, faites bouillir les tomates pelées et coupées en quatre. Ajoutez les épis de maïs lavés, mais entiers.

Pelez les pommes de terre et coupez-les également en dés.

Déposez le tout bien mélangé dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez l'ail écrasé, ainsi que le laurier et le sel.

Portez la cocotte fermée au four et, après deux heures de cuisson à 200°, ouvrez et saupoudrez la préparation avec des épices fines.

Déposez directement le plat sur la table.

Filet de veau au curry et aux bananes frites

● *1 kg de filet de veau — 5 à 7 tranches de lard fumé maigre — 1 cuill. à thé de curry — sel — poivre — 4 bananes — 1 jus de citron.*

Assaisonnez la viande de sel et de poivre. Déposez-la dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Saupoudrez de curry et couvrez avec les tranches de lard.

A côté du filet, mettez les bananes pelées et entières. Arrosez avec du jus de citron.

Fermez la cocotte et laissez mijoter environ quarante-cinq minutes à 200°.

Accompagnez de riz créole ou de pommes de terre frites.

Viande de porc à la chinoise

● *1 kg de viande de porc — 1 tasse de sauce au soya — bouillon de viande — 1/2 cuill. à thé de gingembre — un soupçon de vin ou d'alcool de riz (saké ou autre) — eau — farine.*

Coupez la viande en dés et déposez-la dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Ajoutez la tasse de sauce au soya et versez de l'eau jusqu'à ce que la viande soit couverte.

Incorporez le bouillon et la poudre de gingembre.

Laissez mijoter à couvert pendant deux heures.

Liez le bouillon avec la farine et assaisonnez de sel, de sucre et relevez d'un peu de vin ou d'alcool de riz.

Servez avec du riz, des pousses de bambou ou une salade.

Rôti de porc Budapest

● *1kg d'épaule de porc — 3 gousses d'ail — 10 à 12 tranches de salami hongrois — 1 à 2 poivrons rouges — 1 à 2 cuill. à soupe de paprika fort en poudre — sel.*

Pressez la gousse d'ail et enduisez la viande avec le jus ainsi obtenu.

Faites des entailles dans la viande, de la grosseur d'une tranche de saucisson, avec un espace de 3 cm entre elles.

Dans les entailles, posez une tranche de salami et quelques tranches de poivrons rouges. Salez très légèrement.

Accommodez d'une couche assez épaisse de paprika et déposez le tout dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Couvrez et portez à four chaud (220°).

Après deux heures et demie de cuisson, ôtez la viande. Coupez-la de manière à servir chaque tranche de viande avec du saucisson et des lanières de poivrons.

Accompagnez de riz ou d'une purée de pommes de terre et de tomates cuites.

Rôti de porc à la suédoise

● *1 kg d'épaule de porc — gingembre en poudre selon goût — 1 boîte d'ananas — sel — poivre.*

Assaisonnez la viande de sel et de poivre. Saupoudrez de gingembre. Déposez le rôti ainsi préparé dans la RÖMERTOPF trempée au préalable. Ajoutez les ananas en tranches.

Couvrez et faites cuire durant deux bonnes heures à 220°.

Rôti de porc à l'anglaise

● *1 kg de rôti — 4 pommes — 1 jus de citron — 1 cuill. à soupe de sucre fin — sel — poivre.*

Pelez quatre pommes. Enlevez les trognons et coupez-les en tranches.

Arrosez la viande copieusement avec du jus de citron. Salez et poivrez.

Quand le rôti est cuit, les pommes sont réduites en marmelade.

Sucrez un peu la sauce et servez avec le rôti.

Roulades printanières à la chinoise

● *200 g de filet de porc — 100 g de champignons — 150 g de pousses de bambou — 125 g de chou blanc, de chou frisé ou d'épinards — sel — 1 cuill. à soupe de sauce soya — 1/2 cuill. à soupe de bouillon de viande — un peu de sauce chilienne — 1 verre à liqueur de cognac — 3 cuill. à soupe d'huile — 2 cuill. à soupe de farine — 1 tasse d'eau — 2 œufs — 1 pincée de sucre — 1 tasse d'huile.*

Coupez le filet de porc en très fines tranches.

Mélangez les champignons, les pousses de bambou ou les épinards hachés fin et incorporez à la viande. Ajoutez l'huile, la sauce soya, la sauce chilienne, le cognac et le bouillon.

Laissez mariner pendant au moins une heure.

D'autre part, faites une pâte avec la farine, l'eau, les œufs, le sel, le poivre et laissez cuire dans de l'huile très chaude sur un seul côté uniquement.

Chaque omelette ainsi obtenue est à remplir de cette farce et à rouler avec soin.

Déposez les roulades les unes à côté des autres dans la RÖMERTOPF trempée au préalable et mouillez le tout d'un peu d'huile.

Couvrez et faites cuire durant une heure environ à 220°.

Ajoutez de la sauce soya mélangée à un peu d'eau et faites rôtir pendant quinze minutes, sans couvercle.

Cette recette n'est pas indiquée pour les régimes amaigrissants.

Boulettes de viande mode hawaiienne

● *750 g de viande hachée — 1 oignon moyen — 1 œuf — 2 cuill. à soupe de chapelure — 1 petite boîte d'ananas en morceaux — 1 à 2 cuill. à soupe de parmesan râpé — 1/2 citron — sel — poivre.*

Préparez une pâte bien pétrie avec le haché, l'oignon haché, l'œuf, la chapelure, le sel et le poivre. Formez de petites boulettes.

D'autre part, laissez égoutter l'ananas et arrosez-le ensuite de jus de citron.

Introduisez dans chaque boulette un morceau d'ananas.

Couvrez le fond de la RÖMERTOPF trempée au préalable, d'une couche de boulettes et saupoudrez-les de parmesan râpé. Déposez une deuxième couche de boulettes et à nouveau du parmesan râpé.

Couvrez la cocotte et dans le four, faites mijoter à 250° pendant une heure.

Servez avec du riz.

Poulet Calcutta

● *1 poulet — 3 cuill. à soupe de beurre — sel — poivre — 1 cuill. à thé de curry — noix de muscade râpée — sucre — 2 jus de citron — 1 cuill. à thé de gingembre — un peu de mango-chutney — 2 oranges — 1/4 l de crème fraîche — 1 jaune d'œuf.*

Nettoyez le poulet et coupez-le en morceaux. Salez, poivrez et faites mariner dans un jus de citron.

Garnissez la RÖMERTOPF, trempée au préalable, de noisettes de beurre et déposez-y les morceaux de poulet.

Laissez mijoter durant environ quarante minutes à 220°.

Incorporez le curry, la muscade, le sel, le sucre, du jus de citron et des quartiers d'orange. Laissez à nouveau mijoter pendant une heure.

Ouvrez la cocotte et faites brunir pendant dix minutes.

Accommodez la sauce avec de la crème fraîche, un peu de mango-chutney. Liez avec un jaune d'œuf.

Servez avec du riz au curry.

Cette recette est très indiquée pour les régimes amaigrissants.

Poulet au gingembre

● *2 poulets — 2 cuill. à thé de poudre de gingembre — sel — noisettes de beurre.*

Saupoudrez les poulets intérieurement et extérieurement avec du sel et de la poudre de gingembre.

Déposez-les dans la RÖMERTOPF trempée au préalable et garnissez de noisettes de beurre.

Couvrez et portez au four. Laissez mijoter pendant une heure et demie à 200°.

Servez avec du riz et des tomates grillées.

○ N.B. Comptez un demi poulet par personne. Dans une grande cocotte, il est possible de préparer deux à trois poulets en même temps. Dans ce cas, il y a lieu de doubler ou de tripler les ingrédients et de prolonger la cuisson de quinze minutes.

Poule Sirikit

● *1 poule à bouillir de grandeur moyenne — 2 cuill. à soupe de jus de citron — sel — poivre — 1 grosse botte de poireaux — 1 céleri — 1/2 l de yaourt — 2 gousses d'ail — 1 cuill. à soupe de curry.* Pour le bouillon : *2 cuill. à soupe de jus de citron — 1 cuill. à soupe de curry — 1 jaune d'œuf — 1 cuill. à soupe de beurre — 1 cuill. à soupe de farine.*

Nettoyez la poule. Arrosez-la de jus de citron puis salez et poivrez.

Coupez la volaille en morceaux et déposez-la dans la RÖMERTOPF trempée au préalable

Ajoutez les légumes coupés. Versez sur le tout le yaourt et épicez avec ail et curry en poudre. Couvrez et faites cuire une heure et demie à deux heures à 220°.

Retirez la volaille de la sauce et désossez. Laissez égoutter.

D'autre part, passez le jus et retirez les légumes.

Accommodez la sauce avec du jus de citron et du curry, puis liez avec du beurre, un jaune d'œuf et de la farine.

Reportez la volaille dans la sauce et faites cuire encore pendant quelques minutes.

Servez avec du riz cuit au persil haché.

Poisson cuit à la chinoise

● *750 g à 1 kg de filets de poisson ou de poisson à bouillir — 250 g de vert de poireaux — 2 cuill. à soupe de jus de citron — 100 g de pousses de bambou — 100 g de champignons — 100 g de jambon cuit — 1/2 cuill. à soupe de gingembre — 1 cuill. à soupe de sauce soya — 1 cuill. à soupe de cognac — 1 tasse de bouillon de viande — 1 cuill. à soupe de Maïzena — épices selon goût.*

Nettoyez le poisson. Arrosez-le de jus de citron et laissez mariner. Salez légèrement et déposez dans la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Coupez le vert des poireaux, les champignons et ajoutez-les au poisson avec les pousses de bambou.

Mélangez la sauce soya avec le cognac, le bouillon et la Maïzena. Relevez de gingembre, d'épices et incorporez au poisson.

Couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant environ une heure un quart, à une heure et demie à 220°.

Servez avec du riz au curry.

Cette recette est très indiquée pour les régimes amaigrissants.

● **Variantes :**

○ avant de servir, garnissez de crabe sauté à l'huile ; ou

○ mélangez aux légumes et à la sauce une tasse et demie de riz cuit et trois tasses d'eau ; laissez mijoter le tout avec le poisson ; ou

○ avant de servir, ajoutez des poivrons cuits.

Potée de poisson à l'indonésienne

● *500 g de filets de poisson — 1 petite boîte de pousses de bambou — 100 g d'amandes hachées — 4 œufs — sel — poivre — 1 gousse d'ail — sauce soya selon goût — 1 pincée de sucre — 4 cuill. à soupe d'huile — 1 oignon.*

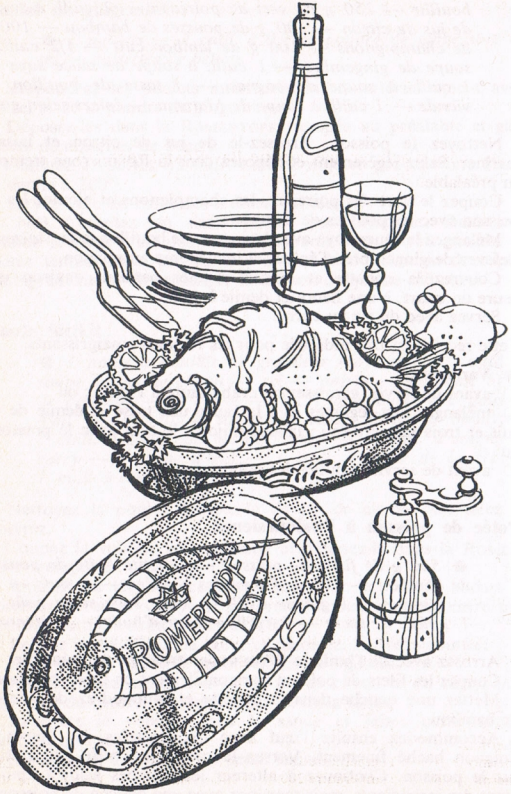
Arrosez avec de l'huile la RÖMERTOPF trempée au préalable.

Coupez les filets de poisson horizontalement en fines tranches.

Mettez une couche dans la cocotte et saupoudrez de pousses de bambou.

Accommodez ensuite l'œuf avec les amandes, les épices et l'oignon haché finement. Versez la moitié de cette préparation sur le poisson. Continuez à alterner les couches jusqu'à épuisement des ingrédients, mais terminez avec une couche de poisson.

Versez l'huile sur le tout. Couvrez et laissez mijoter pendant une heure à 180°.



50 RECETTES ORIGINALES DE MAPIE DE TOULOUSE-LAUTREC

Avertissement

Vous venez d'acheter une cocotte Bay-RÖMERTOPF ? A celle-ci, le fabricant a joint une notice soigneusement rédigée dans laquelle il indique les caractéristiques de fabrication, les avantages de l'ustensile et les conditions de son utilisation.

Sur les caractéristiques de fabrication, je n'ai, bien sûr, aucun commentaire à ajouter ; sur les avantages de cette cocotte, je tiens à dire qu'après l'avoir utilisée de manière prolongée, je suis entièrement d'accord avec ce qu'en dit le fabricant ; sur les conditions d'utilisation, comme je connais bien mes lectrices et que je sais qu'elles lisent très attentivement une recette, mais qu'elles oublient vite les consignes générales données dans une notice, si tant est qu'elles ont lu celle-ci, je répéterai chaque fois deux prescriptions qu'il est essentiel de respecter.

D'abord le prétrempage de la cocotte avant utilisation.

Ensuite, quand celle-ci a été mise au four, l'élévation progressive de la température.

Si cela donne à mes recettes une allure un peu monotone, je suis sûre que vous m'en excuserez : plutôt que de la bonne littérature, nous voulons faire ici de la bonne cuisine !

Enfin, parce qu'en France les thermostats de nos fours sont gradués en unités conventionnelles de 0 à 10, c'est toujours d'après cette échelle que sont données les recettes françaises ; j'en ai donc fait de même pour les cinquante que je viens de mettre au point avec la cocotte RÖMERTOPF. Cependant, d'autres pays francophones peuvent ne pas avoir les mêmes graduations de four ; je crois donc utile d'indiquer ci-dessous les températures en degrés centigrades correspondant aux graduations de 0 à 10 de nos fours.

Thermostat 1	Température 120°	Thermostat 6	Température 220°
Thermostat 2	Température 140°	Thermostat 7	Température 240°
Thermostat 3	Température 160°	Thermostat 8	Température 260°
Thermostat 4	Température 180°	Thermostat 9	Température 280°
Thermostat 5	Température 200°	Thermostat 10	Température 300°

(règle mnémotechnique facile : s'il y avait un thermostat 0, il correspondrait à 100° ; à chaque graduation, ajouter 20°).

A celles qui ne connaissent pas encore tout à fait les cocottes Bay-RÖMERTOPF, je voudrais enfin dire que la firme met en vente plusieurs modèles, de diverses tailles et de diverses formes.

Cela dit, je vous souhaite bon succès avec votre nouvel auxiliaire. Et bon appétit !

Soupes

La cocotte RÖMERTOPF se prête admirablement à la préparation de toutes les soupes, de tous les potages. Devant me limiter à cinq recettes, c'est plutôt un exemple que je vous donne dans les divers domaines : soupe de légumes, bouillon, soupe de poissons, etc. A vous, ensuite, d'extrapoler dans ce chapitre aussi riche que savoureux.

Bouillon de volaille aux pâtes

Quand vous avez mangé une volaille rôtie ou braisée (poulet, dinde, pintade ou, surtout, canard... domestique ou sauvage), n'en jetez pas la carcasse. Dans la RÖMERTOPF vous en ferez, de la manière la plus simple et la plus économique, un succulent potage.

● Pour 4 personnes : *1 carcasse de volaille — 1 carotte — 1 oignon — 1 feuille de laurier — sel — poivre — 100 g de pâtes à potage.*

Lavez et épluchez la carotte et l'oignon, coupez chacun d'eux en quatre.

Dans la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, mettez la carcasse de volaille, ajoutez l'oignon, la carotte et la feuille de laurier. Remplissez la cocotte avec de l'eau tiédie salez légèrement, mais ne poivrez pas. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci, thermostat 3. Dans les dix minutes qui viennent, poussez progressivement le thermostat jusqu'à 7. Laissez alors cuire pendant deux heures.

Au bout de ce temps, éteignez le four, sortez la cocotte, posez-la sur un torchon replié, retirez la carcasse et la feuille de laurier, jetez-les. Transvasez alors la soupe dans une casserole à travers une passoire. C'est maintenant le moment de bien poivrer et aussi de rectifier l'assaisonnement en sel.

Mettez la casserole sur feu vif, portez à ébullition et faites un peu réduire si vous trouvez le bouillon trop clair. Puis jetez en pluie les pâtes à potage et laissez-les y cuire deux à trois minutes. Goûtez pour vérifier qu'elles sont cuites à point. Servez bien chaud.

Potage Saint-Germain

● Pour 4 personnes : *250 g de pois cassés — 50 g de beurre — 75 g de crème fraîche — 3/4 l de lait — 2 morceaux de sucre — sel — poivre — croûtons.*

Faites tremper les pois cassés pendant la nuit dans une bassine contenant de l'eau froide.

Dans la cocotte RÖMERTOPF, préalablement trempée dix minutes dans l'eau froide, mettez les pois cassés et couvrez-les d'eau froide salée, de manière qu'ils soient entièrement dans l'eau sans qu'il y ait trop de celle-ci. Couvrez la cocotte, mettez-la dans le four froid, allumez celui-ci, thermostat 2 à 3 pendant un quart d'heure, puis thermostat 5 pendant deux heures et demie.

Retirez la cocotte du four, vérifiez que les pois cassés sont bien cuits. Passez-les alors à la moulinette au-dessus d'une casserole, afin de les réduire en purée. Ajoutez du lait chaud à cette purée jusqu'à obtenir la consistance désirée. Repassez le tout afin d'obtenir une crème bien lisse et onctueuse. Goûtez et salez si nécessaire, poivrez et faites réchauffer sur le feu.

Au moment de servir, ajoutez le sucre, laissez fondre, puis ajoutez la crème fraîche et le beurre. Remuez bien.

Le potage étant servi dans des assiettes chaudes, parsemez le dessus de petits croûtons triangulaires dorés au beurre.

Soupe aux poireaux et pommes de terre

● Pour 4 personnes : *500 g de poireaux — 500 g de pommes de terre — 150 g de beurre — sel — poivre — 1 demi-gousse d'ail.*

Epluchez et lavez les pommes de terre, coupez-les en petits dés. Réservez-les dans l'eau froide. Epluchez et lavez les poireaux, retirez presque toute la partie verte, ne conservez que les blancs que vous couperez en morceaux de deux centimètres de long.

Mettez la cocotte RÖMERTOPF à tremper dans l'eau froide une dizaine de minutes, puis frottez-en les parois intérieures avec la demi-gousse d'ail.

Faites fondre la moitié du beurre dans une casserole et mettez-y à blondir les blancs de poireaux quelques minutes sur petit feu. Versez-les ensuite dans la cocotte RÖMERTOPF préparée comme indiqué ci-dessus. Mouillez avec deux litres d'eau froide salée, ajoutez les dés de pommes de terre. Couvrez la cocotte, mettez-la au four froid. Allumez celui-ci, laissez le thermostat à 3 pendant quelques minutes, puis poussez-le petit à petit jusqu'à 6. Laissez cuire à cette température pendant une heure un quart environ. Si vous aimez que pommes de terre et poireaux soient très réduits dans la soupe, prolongez un peu en baissant le thermostat à 4.

Sortez la cocotte du four, posez-la sur un essuie-mains, poivrez la soupe. Dans la soupière de service, mettez de fines tranches de pain que vous aurez fait sécher au four pendant quelques minutes. Versez la soupe sur ces tranches de pain, ajoutez le reste du beurre, remuez et servez bien chaud.

Gratinée à l'oignon

Cette soupe classique de la cuisine française, vous la réussirez parfaitement dans la cocotte RÖMERTOPF.

● Pour 4 personnes : *300 g d'oignons — 200 g de gruyère — 150 g de pain — 2 verres de vin blanc sec — 5 verres d'eau — sel — poivre — 1 cuill. à soupe rase de farine — 50 g de beurre.*

Coupez le pain en tranches fines que vous ferez sécher au four. Coupez 150 g de gruyère en fines lamelles. Râpez les 50 g qui restent (le gruyère que vous râpez au dernier moment est bien meilleur que celui que vous achetez râpé à l'avance chez le crémier, car ce râpé est généralement pris tout près de la croûte et qu'en outre il aura eu souvent le temps de se dessécher).

Lavez, épluchez et hachez finement les oignons. Faites fondre le beurre dans une casserole ; quand il est chaud, mettez-y le haché d'oignons. Remuez avec une cuiller de bois. Quand les oignons sont bien dorés, presque bruns, saupoudrez-les avec la farine, remuez quelques secondes. Mouillez avec l'eau et le vin blanc. Salez sans excès et poivrez. Laissez bouillir une minute en remuant.

Dans la cocotte RÖMERTOPF, préalablement trempée dix minutes dans l'eau froide, disposez un lit de tranches de pain séchées au four, un lit de lamelles de gruyère, un lit de pain, un lit de gruyère, etc., jusqu'à épuisement. Versez alors très doucement le contenu de la casserole dans la cocotte sur les lits de pain et de gruyère, de manière à les humecter d'abord, puis à les recouvrir sans que leur ordonnance en soit dérangée. Couvrez alors la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci, laissez cinq minutes à thermostat 2 ou 3, puis une heure à thermostat 5.

Mettez alors la cocotte à l'ouvert du four, enlevez le couvercle, saupoudrez de manière uniforme le dessus de la soupe avec le fromage râpé, éteignez le bas du four, allumez le haut (marqué « gril »), mettez sur thermostat 10, poussez la cocotte découverte à l'intérieur du four, fermez celui-ci pour faire gratiner. Surveiller : cinq minutes doivent suffire.

Soupe de poissons

● Pour 4 personnes : *2 grosses têtes de colin — 1 verre à bordeaux d'huile — 3/4 l de vin blanc sec — 1 l d'eau — 2 gousses d'ail — 1 cuill. à soupe de safran en poudre — laurier — thym — sel — poivre — 50 g de gruyère râpé — 100 g de spaghetti.*

Demandez au poissonnier de vous donner deux grosses têtes de colin. Lavez-les. Mettez l'huile dans la cocotte RÖMERTOPF, préalablement trempée dans l'eau. Mettez la cocotte au four, allumez celui-ci thermostat 3. Laissez dix minutes. Retirez la cocotte, ouvrez-la, mettez-y les deux têtes de colin. Couvrez la cocotte, remettez au four quinze minutes, thermostat 5.

Faites chauffer pendant ce temps l'eau et le vin.

Retirez alors la cocotte du four, ouvrez-la et arrosez avec l'eau et le vin chauds, ajoutez l'ail haché, le thym et le laurier. Fermez la cocotte et remettez-la au four, toujours thermostat 5, pendant une heure encore.

Au bout de ce temps, retirez la cocotte du four, transvasez la soupe dans une casserole à travers une passoire. Mettez la casserole sur le feu et ajoutez le safran en poudre ainsi que les spaghetti coupés en deux, salez, poivrez. Laissez bouillir jusqu'à cuisson des pâtes.

Servez la soupe en présentant à part le gruyère râpé.

Poissons

Daurade au citron

● Pour 4 personnes : *1 belle daurade d'environ 1 kg — 1 noix de beurre — 2 citrons — 3 à 4 pommes de terre moyennes — 1 oignon moyen — 2 verres de vin blanc — sel — poivre — 2 cuill. de chapelure — 1 petit piment fort* (facultatif).

Epluchez les pommes de terre, puis coupez-les à cru, extrêmement fines. Coupez l'oignon en rondelles fines. Lavez soigneusement les citrons qui peuvent avoir d'indésirables produits insecticides sur la peau. Coupez les citrons en tranches très fines, *sans les éplucher*.

Tapissez le fond de la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, avec les rondelles de pommes de terre posées presque à plat, chaque ligne chevauchant un peu la précédente. Au milieu ne mettez qu'une couche ainsi disposée : mais, sur les bords de la cocotte, là où ne reposera pas la daurade, doublez la couche de pommes de terre. Assez régulièrement, dispersez dans les pommes de terre les tranches d'oignon ainsi qu'une bonne partie des tranches de citron (entre la moitié et les trois quarts). Versez un verre d'eau, couvrez la cocotte et mettez-la au four. Allumez celui-ci et laissez cinq minutes à thermostat 4, puis quinze minutes à thermostat 10.

Pendant que les pommes de terre précuisent, écaillez, videz et ciselez la daurade. Dans les ciselures d'un des deux côtés, insérez le reste des tranches de citron. Si vous en aimez la force, mettez à l'intérieur du poisson quelques lamelles de piment.

Quand, après la précuisson des pommes de terre, vous ouvrez le four pour en sortir la cocotte, baissez immédiatement le thermostat jusqu'à 5. En outre, pour en évacuer la chaleur, laissez le four ouvert pendant que vous couchez la daurade dans la cocotte sur le lit de pommes de terre ; le côté garni de citron doit être sur le dessus. Arrosez le poisson avec le vin chauffé. Salez et poivrez légèrement ; ayez la main très légère sur le poivre si vous avez choisi de mettre du piment dans le poisson. Beurrez légèrement le côté supérieur de la daurade, puis parsemez-le de chapelure : celle-ci doit être répartie régulièrement, mais surtout très finiment, car une couche de chapelure trop épaisse donnerait mauvaise consistance et surtout nuirait à la saveur du plat. Le poisson ainsi disposé, couvrez la cocotte, remettez-la au four, fermez celui-ci et laissez cuire trois quarts d'heure à thermostat 5.

A ce moment-là, assurez-vous de la bonne cuisson du poisson avec la lame d'un couteau. Prolongez-la de quelques minutes si c'est nécessaire. En outre, s'il ne reste plus assez de sauce (cela dépend de la qualité des pommes de terre ; en tout cas, elles en sont toujours fort avides, elles n'en sont d'ailleurs que meilleures quand elles ont absorbé beaucoup de sauce), ajoutez un demi-verre d'eau chaude. Servez dans la cocotte découverte et posée sur un essuie-mains replié.

Maquereaux Mont-Athos

● Pour 4 personnes : *2 gros maquereaux ou 4 moyens — 4 petits oignons hachés — 4 cuill. à soupe d'huile d'olive — 2 feuilles de laurier — 2 citrons — 1 cuill. à dessert d'herbes aromatiques séchées — 24 olives noires dénoyautées — sel — poivre.*

Ouvrez et nettoyez les maquereaux. Passez-les à l'eau froide.

Hachez fin les oignons, faites-les revenir cinq minutes dans une cuillerée à soupe d'huile d'olive dans une casserole.

Mettez dans la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, deux cuillerées à soupe d'huile d'olive. Posez les maquereaux dans le fond de la cocotte. Recouvrez-les des oignons revenus en casserole. Ajoutez une autre cuillerée à soupe d'huile d'olive, deux feuilles de laurier et le jus de deux citrons. Poivrez, salez, éparpillez une cuillerée à dessert d'herbes aromatiques séchées. Dispersez les olives noires dénoyautées sur les poissons et couvrez la cocotte. Mettez-la au four, allumez celui-ci, poussez-le à thermostat 4 ; laissez vingt minutes à cette température. Puis montez à thermostat 7 trente à trente-cinq minutes.

Ouvrez alors la cocotte, mettez les poissons sur le plat de service, déglacez le fond avec un peu d'eau chaude. Versez sur les poissons.

Servez avec des pommes de terre vapeur.

Thon à la concarnaise

● Pour 4 personnes : *1 morceau de thon frais de 600 g — 1 verre de vin blanc — 125 g de riz — 500 g de petits*

pois frais — 5 œufs — 2 citrons, — huile — vinaigre — sel — poivre — 1 tasse de mayonnaise citronnée.

Mettez le morceau de thon frais entier dans la cocotte RÖMERTOPF, préalablement trempée dans l'eau, versez dessus le verre de vin blanc et deux verres d'eau. Salez. Fermez la cocotte, allumez le four après y avoir mis la cocotte. Laissez à thermostat 3 à 4 une quinzaine de minutes. Portez le thermostat à 6 et laissez cuire une heure à une heure un quart (le thon frais supporte d'être très cuit).

Sortez le thon de la cocotte après cuisson, enlevez soigneusement la peau, laissez refroidir.

Par ailleurs, dans une grande casserole, faites cuire le riz à grande eau bouillante salée : dix à douze minutes suffisent, goûtez un grain, il doit résister légèrement sous la dent. Mettez alors le riz dans une passoire, lavez-le et refroidissez-le sous le robinet d'eau froide ouvert en grand. Laissez ensuite égoutter très soigneusement.

Faites durcir les œufs, passez-les sous l'eau froide et épluchez-les. Lavez et brossez énergiquement les citrons, sous le robinet d'eau chaude, pour enlever le plus complètement possible les insecticides avec lesquels ils ont trop souvent été vaporisés.

Faites cuire les petits pois. Quand ils sont cuits, égouttés et refroidis, mélangez-les au riz et assaisonnez ce mélange comme une salade ordinaire.

Dans le plat de service, disposez d'abord cette salade de riz aux petits pois. Posez par-dessus le morceau de thon. Coupez les œufs durs en rondelles, ainsi que les citrons. Ornez-en le tour du poisson.

Servez ce plat froid, mais non passé au frigidaire, avec une mayonnaise assaisonnée de citron.

Matelote d'anguilles

Le beurre manié dont il est question dans la recette se fait en mélangeant à la fourchette, sur une assiette, 30 g de beurre à 20 g de farine.

● Pour 4 personnes : *2 anguilles moyennes (de 500 à 600 g chacune) — 2 oignons — 2 échalotes — 1 gousse d'ail — 1 bouquet garni — 75 g de beurre — 1 bouteille de vin rouge (du beaujolais de préférence) — 12 à 15 champignons — 20 petits oignons grelots — 50 g de beurre manié — sel — poivre — quelques gouttes de caramel.*

Dépouillez, videz et coupez les anguilles en tronçons de la longueur d'un doigt. Lavez et épluchez les échalotes et les oignons, coupez ceux-ci en rondelles et les échalotes en tronçons.

Au fond de la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, mettez les rondelles d'oignons, les échalotes, une gousse d'ail et 75 g de beurre. Mettez la cocotte au four, allumez celui-ci thermostat 3 à 4 et laissez dix minutes.

Retirez alors la cocotte du four, ouvrez-la, mettez les tronçons d'anguilles sur le lit de légumes, ajoutez le bouquet garni, salez, poivrez, mouillez jusqu'à hauteur des morceaux d'anguilles avec le vin rouge que vous aurez préalablement chauffé. Couvrez la cocotte, remettez-la au four thermostat 6, laissez cuire trente à trente-cinq minutes.

Sortez la cocotte du four. Enlevez-en les morceaux d'anguilles pour les déposer sur le plat de service chauffé. Ajoutez aux poissons, sur ce plat, les champignons et les oignons grelots que vous aurez fait cuire en casserole pendant que les anguilles cuisaient dans le four.

Une fois les morceaux de poisson retirés de la cocotte, liez la cuisson qui reste au fond de celle-ci avec 50 g de beurre manié. La sauce ainsi liée doit être très onctueuse : si elle est trop liquide, faites-la réduire en casserole sur le feu. Rectifiez l'assaisonnement de la sauce, ajoutez quelques gouttes de caramel. Passez ensuite la sauce au chinois et versez-la sur les anguilles.

Garnissez le tour du plat avec des croûtons triangulaires frits au beurre.

Carpe à la bière

Pour ce plat, il faut que vous ayez la cocotte longue et aplatie que Bay-RÖMERTOPF met à votre disposition pour la cuisson de poissons entiers un peu importants.

● Pour 4 personnes : *1 carpe de 1 kg environ — 1 grande barde de lard — 2 carottes — 2 oignons, — 1 branche de céleri — 100 g de beurre — bière — sel — poivre.*

Lavez, épluchez et coupez finement en julienne les carottes, les oignons et la côte du céleri. Faites cuire doucement en

casserole dans une petite partie du beurre. Salez, poivrez. Videz et nettoyez la carpe. Entourez-la d'une grande barde de lard que vous ficellerez autour du poisson. Mettez au fond de la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, les légumes cuits. Sur ce fond, dispersez quelques petits morceaux de beurre. Puis posez la carpe enveloppée de la barde. Recouvrez presque entièrement de bière. Salez, poivrez. Couvrez la cocotte, mettez-la au four. Allumez celui-ci et laissez dix minutes à thermostat 3, puis dix autres minutes à thermostat 5, enfin à thermostat 7 et laissez cuire à cette température pendant une demi-heure.

Retirez la cocotte du four. Vérifiez la cuisson de la carpe en la piquant avec la pointe d'un couteau : celui-ci doit pénétrer dans la chair sans résistance. Quand la carpe est cuite à point, enlevez-la de la cocotte pour la mettre à égoutter. Retirez et jetez la barde de lard.

Passez au chinois le fond de la cuisson, mettez-la dans une casserole sur le feu pour la faire réduire de moitié environ. Ajoutez alors peu à peu à la sauce le reste du beurre en fouettant. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement.

Mettez le poisson sur le plat de service chaud et arrosez-le avec la sauce.

Bœuf

Daube de bœuf à la provençale

● Pour 4 personnes : *1 kg de bœuf dans le gîte — 50 g de lard maigre — 50 g de lard gras — 1/2 pied de veau — 3 oignons — 2 clous de girofle — 2 carottes — 2 tomates — 2 échalotes — 1 branche de céleri — 1 céleri rave — 1 gousse d'ail — 1 cuill. à soupe de saindoux — 1 cuill. à soupe d'huile d'olive — 1/4 l de vin rouge — 1 morceau d'écorce d'orange — thym — laurier — sarriette — cannelle — gingembre — poivre en grains — sel.*

Demandez au boucher de larder le gîte de bœuf et de le couper en morceaux de six centimètres de côté environ.

Epluchez les oignons, laissez-en un entier et piquez-le de deux clous de girofle, coupez les deux autres en quatre. Epluchez les carottes et coupez-les en rondelles.

Dans une casserole, faites fondre le saindoux, ajoutez-y l'huile d'olive et le lard gras haché. Lorsque tout cela est chaud, ajoutez-y le lard maigre haché. Quand celui-ci commence à dorer, jetez-y les carottes en rondelles, les oignons (coupés ou entier), le demi-pied de veau, les morceaux de bœuf lardés, le thym, le laurier, la sarriette et la gousse d'ail. Faites revenir le tout vivement.

Versez le contenu de la casserole dans la cocotte RÖMERTOPF, qui aura été humidifiée à l'avance. Ajoutez les tomates coupées en quatre, les échalotes émincées, un morceau de la branche de céleri et le céleri-rave épluché et coupé en quatre. Mouillez avec le vin rouge préalablement chauffé. Ajoutez un petit zeste d'orange, une pincée de cannelle, une pincée de gingembre, sel, quelques grains de poivre entiers. Couvrez la cocotte RÖMERTOPF, mettez-la au four thermostat 3. Au bout d'un quart d'heure, passez à thermostat 5. Laissez mijoter six heures environ à cette température. Sortez la cocotte et vérifiez la cuisson en piquant un morceau de viande avec une aiguille à tricoter en métal ; l'aiguille doit entrer facilement dans la viande.

Servez dans la cocotte RÖMERTOPF posée sur un essuie-mains replié et accompagnez d'un plat de macaroni bien chauds.

Potée de bœuf en choucroute

● Pour 4 personnes : *350 g de basse côte de bœuf — 350 g d'échine ou de palette de porc — 350 g de choucroute crue bien lavée — 350 g d'oignons — 1,500 kg de tomates — 2 l d'eau — 1 cuill. à soupe rase de sucre en poudre — sel — poivre.*

Dans la cocotte RÖMERTOPF que vous aurez trempée dans l'eau dix minutes avant de vous en servir, mettez la choucroute, les oignons épluchés et coupés en quatre et deux litres d'eau chaude.

Mettez la cocotte au four et montez progressivement le thermostat jusqu'à amener le contenu à ébullition. Surveillez donc de temps en temps pour constater le moment où l'eau commence à bouillir. Mettez-y alors le morceau de basse côte de bœuf ainsi que le sucre. Remettez la cocotte couverte au four et laissez une heure à thermostat 6 ou 7. Ajoutez alors le morceau de porc, salez, poivrez et faites cuire une heure de plus, toujours à thermostat 6 ou 7.

Sortez la cocotte du four. Retirez les deux morceaux de viande, découpez-les en tranches fines que vous dresserez sur la

choucroute et les légumes restés dans la cocotte et imbibés du bouillon des viandes. S'il y a trop de bouillon dans la cocotte, retirez-en une partie, de manière à faire une jolie présentation des tranches de viande.

Servez la potée dans la cocotte, accompagnez-la d'un plat de pommes de terre à la vapeur et, éventuellement, du supplément de bouillon présenté en saucière chauffée.

Côte de bœuf marinée au vin blanc

● Pour 4 personnes : *1 kg de côte de bœuf — 350 g de pruneaux — 50 g de raisins secs (raisins de Smyrne) — 3/4 l de vin blanc sec — 1 verre de bouillon — 1 cuill. à soupe rase de sucre en poudre — 75 g de beurre — sel — poivre.*

Faites désosser la côte de bœuf par le boucher. Mettez-la à mariner — quatre jours en hiver, deux jours en été — dans le vin blanc. Pendant la période de marinage, retournez la viande plusieurs fois par jour, de façon qu'elle soit imbibée partout de manière égale.

Mettez les pruneaux et les raisins de Smyrne à tremper la veille pour le lendemain. Faites-les égoutter un moment avant de les utiliser dans la sauce.

Juste avant de la mettre à cuire, retirez la côte de bœuf de la marinade, faites-la égoutter une à deux minutes.

Mettez le beurre à fondre dans une sauteuse. Quand il est fondu et commence à mousser, mais avant qu'il ne noircisse, mettez-y à revenir la côte de bœuf en la retournant pour qu'elle revienne de tous côtés. Saupoudrez avec le sucre en poudre, laissez prendre couleur. Mouillez avec la marinade. Transférez le tout dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Ajoutez le bouillon chauffé (les cubes de bouillon du commerce conviennent parfaitement). Salez, poivrez. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, faites chauffer celui-ci progressivement jusqu'à thermostat 5 que vous atteindrez au bout de vingt minutes. A partir de ce moment, laissez cuire à cette même température pendant trois heures.

Vérifiez alors que la cuisson de la côte de bœuf est à votre goût. Puis mettez-la sur le plat de service chauffé. Découpez-la en laissant un talon.

Dans la sauce qui reste au fond de la cocotte, ajoutez les pruneaux et les raisins secs égouttés. Goûtez, rectifiez l'assaisonnement. Recouvrez la cocotte et laissez cuire cinq minutes, au four, la sauce dans laquelle baignent les pruneaux et les raisins.

Versez enfin le contenu de la cocotte sur la côte de bœuf. Servez bien chaud.

Carbonade de bœuf

● Pour 4 personnes : *1 kg de bœuf dans la tranche ou dans la culotte — 400 g d'oignons — 125 g de saindoux — 1 petite bouteille de bière forte — 1 grosse tranche de gros pain — 1 pot de moutarde — 1 verre de bouillon — sel — poivre — thym — laurier — estragon — fenouil — sauge.*

Taillez dans le morceau de viande des biftecks épais, pesant 125 g chacun environ. Dans une poêle, faites chauffer 60 g de saindoux, mettez-y les biftecks à dorer, mais ne les laissez pas cuire.

Epluchez les oignons et coupez-les en lamelles fines. Faites-les dorer dans le reste du saindoux, à petit feu, sans les laisser trop brunir.

Dans le fond de la cocotte RÖMERTOPF, que vous aurez préalablement fait tremper dans l'eau une dizaine de minutes, mettez la moitié des oignons dorés dans le saindoux. Posez par-dessus les morceaux de viande dorés également. Recouvrez avec le reste des oignons. Salez, poivrez. Assaisonnez avec les poudres d'herbes, en ayant soin qu'un parfum ne domine pas les autres. Mouillez avec la bière et le bouillon chauds. Ajoutez par-dessus la tranche de pain largement tartinée de moutarde sur les deux faces. Fermez la cocotte et mettez-la au four. En quinze minutes, poussez progressivement le thermostat de 1 à 6. A partir de ce moment, laissez cuire d'abord à ce même thermostat 6 pendant deux heures, puis baissez à thermostat 5 et laissez encore au four deux heures à deux heures et demie.

Servez avec une purée de choux ou, à défaut, avec une purée de pommes de terre.

A l'issue du repas, il vous restera probablement une partie de cette carbonade. Tant mieux car, quand vous mangerez ce reste après l'avoir réchauffé, il sera encore meilleur.

Bœuf miroton

Voici une recette classique qui vous permet d'utiliser de manière

excellente les restes de bœuf bouilli, tels que ceux du pot-au-feu. Pour bien le réussir, il est indispensable que les tranches de viande soient très fines, ce que vous réaliserez plus facilement avec un couteau électrique.

● Pour 4 personnes. — Pour le miroton : *500 g de restes de bœuf bouilli (ou de bœuf braisé) — 500 g d'oignons — 3 cuill. à soupe d'huile — 50 g de gruyère râpé — 25 g de chapelure — sel — poivre.* — Pour la sauce : *250 g d'oignons — 1 cuill. à soupe de farine — 1 verre de vin blanc — 2 verres de bouillon — 2 cuill. à soupe d'huile — sel — poivre.*

La sauce. Commencez par faire la sauce. Pour cela, dans une poêle faites dorer 250 g d'oignons dans deux cuillerées à soupe d'huile, saupoudrez avec la farine, mouillez avec le vin blanc, remuez bien, salez, poivrez. Laissez cuire d'abord cinq minutes à feu moyen, à découvert. Puis ajoutez le bouillon et continuez la cuisson quinze minutes, toujours à découvert, en remuant.

Le miroton. Epluchez et coupez en lamelles fines 500 g d'oignons. Faites-les dorer dans trois cuillerées à soupe d'huile. Salez, poivrez.

Découpez en tranches très fines les restes de viande de bœuf.

Couvrez le fond de la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, avec les oignons revenus, puis posez les tranches de viande en les faisant chevaucher légèrement les unes sur les autres. Nappez avec la sauce. Saupoudrez de gruyère râpé, puis légèrement de chapelure. Mettez la cocotte au four, thermostat 4, pendant dix minutes, puis thermostat 7 pendant vingt minutes.

Culotte de bœuf au carry

Parce que j'aime le carry très fort, j'en mets deux cuillerées à soupe dans cette recette. Si vous n'en êtes pas aussi friande que moi, diminuez la dose.

● Pour 4 personnes : *1 kg de bœuf dans la culotte — 100 g de lard maigre — 150 g d'oignons — 3 carottes — 1/2 l de vin blanc sec — 1/2 l de bouillon — 50 g de saindoux — 2 cuill. à soupe rases de carry — sel — poivre — gingembre — 1/2 pied de veau.*

Faites fondre le saindoux dans une casserole, ajoutez le lard maigre que vous aurez coupé en petits morceaux. Mettez-y la pièce de viande et faites-la revenir de tous côtés ; surtout ne la laissez pas caraméliser, ce qui arriverait si le feu était trop vif et ce qui ensuite, une fois dans la casserole, l'empêcherait de s'imprégner convenablement, en cuisant, du liquide de braisage.

Mettez ensuite dans la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, la pièce de viande tout juste revenue, ainsi que le fond restant dans la casserole. Ajoutez-y les carottes et oignons épluchés et coupés finement. Mouillez avec le vin et le bouillon chauffés ; les cubes de bouillon concentré qu'on trouve dans le commerce peuvent être employés à défaut de bouillon de pot-au-feu. Mettez le demi-pied de veau. Assaisonnez avec sel, poivre et gingembre. Le gingembre s'achète dans les épiceries fines, il se présente sous forme d'un petit tubercule : un demi-tubercule suffit.

Couvrez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci. En vingt à trente minutes, faites chauffer progressivement jusqu'à thermostat 7. Vérifiez que l'ébullition soit bien prise ; sinon, prolongez quelques dix minutes à cette température. Une fois l'ébullition bien établie, baissez à thermostat 5 et laissez cuire quatre heures. Piquez la viande avec une fourchette pour vous assurer qu'elle est bien cuite. Ajoutez alors le carry, remuez, goûtez, rectifiez l'assaisonnement. Recouvrez la cocotte et continuez la cuisson dix minutes à la même température.

Sortez la viande de la cocotte, passez la sauce à la passoire fine. Découpez la viande en laissant un talon, ce qui est plus joli pour la présentation. Mettez talon et tranches sur le plat de service chauffé, arrosez avec la sauce.

Servez avec du riz créole.

Langue de bœuf sauce piquante

La langue de bœuf peut être braisée ou bouillie. Je vous donne ici une recette de langue bouillie, d'abord parce qu'elle est plus facile à exécuter, et aussi parce qu'elle vous permet d'utiliser le bouillon comme base d'un délicieux et économique potage de légumes. Pour cette recette, vous devez disposer d'un grand modèle de cocotte.

● Pour 6 à 8 personnes : *1 langue de bœuf de 1,500 à 2 kg* (après avoir été parée) *— 2 oignons moyens — 4 clous de girofle — 1 gros bouquet garni — sel — poivre en grains.*

Demandez au tripier de parer la langue, c'est-à-dire de retirer le cornet, et de brosser vigoureusement la langue. Une fois chez vous, mettez la langue à tremper une heure ou une heure et demie dans l'eau froide.

Humidifiez la grande cocotte RÖMERTOPF une dizaine de minutes, mettez-y la langue. Versez dessus trois litres d'eau froide environ : le niveau de l'eau doit être à deux centimètres à peu près en dessous du bord de la cocotte. Ajoutez les deux oignons dans chacun desquels vous aurez piqué deux clous de girofle, le bouquet garni, du gros sel, quatre ou cinq grains de poivre entiers. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci et montez progressivement le thermostat jusqu'à 8. Au bout d'une demi-heure environ, ouvrez la cocotte, vérifiez que l'eau est en ébullition. Ecumez, Recouvrez la cocotte, remettez-la au four, baissez celui-ci à thermostat 5. Après un quart d'heure, vérifiez que l'eau ne bouillonne plus qu'à tout petits bouillons : modifiez le thermostat en conséquence. Laissez mijoter ainsi trois heures ou un peu plus : le temps de cuisson dépend de l'âge de la bête. Pour vérifier que la langue est à point, enfoncez une aiguille à brider dans la langue, elle doit la traverser sans effort.

Quand la langue est à point, retirez-la de la cocotte. Mettez-la à égoutter. Puis en soulevant la peau à une extrémité pelez-la en tirant soigneusement pour ne pas entraîner de la chair. Si la langue est cuite comme il faut, la peau viendra toute seule. Coupez la langue en tranches de huit millimètres d'épaisseur, débitées légèrement en biais. Laissez un talon. Sur le plat de service chaud, mettez le talon et les tranches appuyées dessus, disposez autour du plat un cordon de purée de pommes de terre et, sur ce cordon, quelques rondelles de cornichons. Servez à part, en saucière chauffée, une sauce piquante.

Haché de bœuf à la parisienne

Vous avez des restes de pot-au-feu ? Voici une manière de les utiliser qui vous donnera une petite entrée, légère et savoureuse.

● Pour 4 personnes : *environ 200 g de restes de viande de pot-au-feu cuite — 50 g de jambon maigre — 1 petit bol de béchamel — 4 œufs — sel — poivre — 75 g de beurre.*

Préparez une béchamel et laissez-la refroidir.

Mettez la cocotte RÖMERTOPF à tremper une dizaine de minutes. Puis beurrez-en l'intérieur.

Pendant que la cocotte trempe, passez à la moulinette fine au-dessus d'une terrine la viande cuite et le jambon. Ajoutez-leur, en les amalgamant soigneusement, quatre jaunes d'œufs et le reste du beurre amolli. Lorsque le mélange est homogène, versez-y la béchamel refroidie. Salez, poivrez.

Battez les blancs des quatre œufs en neige très ferme. Incorporez-les délicatement au contenu de la terrine en soulevant celui-ci et en glissant les blancs battus par en dessous pour éviter que ceux-ci ne retombent pendant l'opération.

Videz alors la terrine dans la cocotte RÖMERTOPF beurrée. Egalisez le dessus avec une cuiller ou une spatule. La cocotte ne doit pas être remplie à plus de la moitié ou, au grand maximum, des deux tiers (choisissez la taille de la cocotte en conséquence). Couvrez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci et, en un quart d'heure, amenez progressivement le thermostat à 7. A partir de ce moment, laissez cuire trente minutes. Dix minutes avant la fin de la cuisson, retirez le couvercle de la cocotte. Servez dès la sortie du four.

Queue de bœuf en hochepot

Le hochepot est un mélange de viandes et de légumes dont la cuisson doit être douce et lente. La cocotte RÖMERTOPF se prête particulièrement à la confection de ce plat, pour lequel on peut employer divers morceaux de viande, mais l'emploi de la queue de bœuf est ici classique.

● Pour 4 personnes : *1kg de queue de bœuf — 2 petits pieds de porc — 2 navets moyens — 8 pommes de terre moyennes — 100 g de céleri — une douzaine de feuilles de chou vert — 8 petites saucisses chipolatas — 1 l de bouillon — 1 l de vin rouge — 60 g de beurre — 40 g de farine — sel — poivre.*

Dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée, mettez la queue de bœuf coupée en morceaux de 125 g environ, ainsi que les deux pieds de porc. Couvrez avec le bouillon et le vin chauds. Salez, poivrez. Mettez la cocotte couverte dans le four. Chauffez celui-ci progressivement jusqu'à thermostat 7 ; laissez cuire ensuite une heure et demie.

Pendant que la viande cuit, lavez une douzaine des feuilles intérieures d'un petit chou pommé, enlevez-en les côtes. Epluchez puis coupez les navets en tronçons un peu épais (deux à trois

centimètres). Après que les viandes aient cuit une heure et demie comme indiqué ci-dessus, ouvrez la cocotte, écumez, ajoutez dans la cocotte les feuilles de chou, les tronçons de navets et le céleri. Remettez la cocotte couverte au four pendant une heure, puis ajoutez les pommes de terre. Continuez la cuisson deux heures de plus.

Passez les chipolatas deux à trois secondes dans une casserole, à l'eau bouillante. Cela n'est pas pour les cuire, mais simplement pour en raffermir la peau.

Préparez un beurre manié en mélangeant à la fourchette, sur une assiette, le beurre et la farine.

Vingt minutes avant la fin de la cuisson du plat, mettez les chipolatas dans la cocotte, ainsi que le beurre manié.

Quand le plat est cuit, ouvrez la cocotte, retirez les pieds de porc pour les fendre en deux dans le sens de la longueur, puis remettez-les.

Servez dans la cocotte.

Veau

Noix de veau aux carottes

Pour 4 personnes : *1kg de noix de veau — 350 g de carottes — 2 oignons moyens — 60 g de beurre — 1/2 verre de bouillon (concentré du commerce dissous) — sel — poivre — 1 cuill. à soupe de cognac.*

Faites fondre le beurre dans une poêle sur feu doux. Quand il est bien chaud sans être mousseux, mettez-y le morceau de viande et faites-le revenir légèrement. Retirez alors la poêle du feu, flambez avec le cognac préalablement chauffé. Salez, poivrez. Dans la cocotte RÖMERTOPF qui aura été d'abord trempée dans l'eau une dizaine de minutes, déposez la noix de veau, arrosez-la avec ce qui reste de beurre fondu dans la poêle, ainsi qu'avec un demi-verre de bouillon (concentré dissous dans de l'eau chaude). Ajoutez-y les oignons épluchés et coupés en fines rondelles. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci (thermostat 5).

Epluchez les carottes, coupez-les en rondelles très fines et faites-les blanchir à l'eau bouillante pendant une demi-heure. Egouttez-les.

Lorsque la viande a cuit une heure, ouvrez la cocotte, ajoutez les carottes. Si besoin est, ajoutez un peu de bouillon chaud. Refermez la cocotte et continuez la cuisson encore une heure et demie. Vérifiez alors que la noix de veau est assez cuite : vous savez qu'avec le veau le jus qui suinte, quand vous piquez la viande, doit être tout à fait incolore. Vérifiez aussi s'il y a assez de sauce. Dans le cas contraire, allongez-la un peu. Rectifiez alors l'assaisonnement (attention, les carottes ont tendance à sucrer). Sur le plat de service chauffé, disposez le morceau de veau garni avec les légumes, arrosez avec la sauce.

Servez en même temps, mais à part, des nouilles cuites au beurre.

Chaud-froid de veau

Le chaud-froid constitue le plus souvent une préparation pour poulardes et poulets. Mais le procédé se prête aussi, et admirablement, à la viande de veau ; il est même alors de présentation plus flatteuse que dans le cas de la volaille.

● Pour 4 personnes : *750 g de veau dans la sous-noix — 1 pied de veau — 2 œufs — 1 cuill. à soupe de farine — 150 g de beurre — 4 ou 5 couennes — 100 g de champignons — 1 feuille de laurier — sel — poivre — 150 g de crème fraîche — cornichons — oignons grelots confits.*

Faites fondre la moitié du beurre dans une casserole et mettez-y le morceau de veau à dorer de toutes parts, salez, poivrez.

Dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée, transvasez le morceau de veau et versez dessus le beurre fondu restant dans la casserole. Ajoutez dans la cocotte le pied de veau, les couennes, la feuille de laurier et deux verres d'eau tiède. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci et montez progressivement la chaleur jusqu'à thermostat 6. A partir de ce moment, laissez cuire deux heures. Ouvrez alors la cocotte et, avec une aiguille à brider, vérifiez que le veau est bien cuit : le jus qui perle à la surface doit être incolore. Profitez de l'ouverture de la cocotte pour ajouter, si besoin est, un peu d'eau tiède et, aussi, pour rectifier l'assaisonnement après avoir goûté le jus.

Quand le veau est cuit à point, retirez-le de la cocotte et mettez-le à refroidir. Retirez également le pied de veau, les couennes et la feuille de laurier.

Préparez alors la sauce chaud-froid : faites fondre le reste du beurre dans une casserole. Lorsqu'il mousse, versez-y la farine d'un seul coup en remuant avec une cuiller de bois ; dès que ce mélange a blondi, mouillez-le peu à peu avec le jus de veau qui était resté dans la cocotte. Laissez épaissir sur le feu doux en remuant toujours. Lorsque la sauce a bonne épaisseur, ajoutez hors du feu deux jaunes d'œufs et la crème fraîche. Salez, poivrez. Mélangez bien.

Quand vous avez fini la sauce chaud-froid, coupez la viande en tranches fines. Tartinez chaque tranche, d'un seul côté, avec un haché fait de champignons cuits trois minutes sans eau puis passés à la moulinette. Versez un peu de la sauce chaud-froid sur chaque tranche tartinée de champignons. Disposez sur le plat de service les tranches à plat, mais se chevauchant légèrement. Nappez l'ensemble avec le reste de la sauce. Mettez au réfrigérateur au moins six heures.

Quand, avant le repas, vous sortirez le plat du réfrigérateur, décorez-en le tour de quelques cornichons et de quelques oignons grelots confits dans le vinaigre (vous en trouvez dans toutes les épiceries).

Accompagnez le chaud-froid d'une salade mélangée de laitue et de tomates.

Le pied de veau pourra être servi à part aux amateurs.

Poitrine de veau farcie aux herbes

Voici un plat très avantageux : vous le servez chaud le premier jour ; le lendemain, il constitue la base d'un bon plat froid.

● Pour 4 personnes : *1 kg de poitrine de veau — 250 à 300 g de chair à saucisse — 2 cuill. à soupe rase de mie de pain rassis — 1 tasse de lait — 1 œuf — sel — poivre — 1 cuill. à café de romarin — 1 cuill. à café de fenouil — 1 branche de persil — 1 échalote — 1 verre à bordeaux de vin blanc sec — 75 g de beurre — 1/2 l de bouillon — 1 carotte.*

Demandez au boucher d'ouvrir la poitrine de veau, c'est-à-dire de préparer la poche dans laquelle vous introduirez la farce. Il a l'habitude, ses couteaux sont bien aiguisés, il s'en acquittera mieux que vous ne sauriez faire.

Préparez la farce : émiettez la mie de pain, trempez-la quelques minutes dans le lait, puis essorez-la en la pressant entre les paumes de vos mains. Mettez dans une terrine la chair à saucisse, la mie de pain essorée, la moitié du fenouil, la moitié du romarin, le persil coupé aux ciseaux, l'échalote finement hachée, versez la moitié ou les deux tiers du vin blanc. Salez, poivrez sans excès, parce que la chair à saucisse est déjà assaisonnée. Mélangez bien. Cassez l'œuf entier dans la terrine, mélangez de nouveau. Si la farce est trop sèche, délayez-la un peu avec le reste du vin blanc.

Emplissez la poche de la poitrine avec cette farce, puis cousez l'orifice avec une aiguille de fil blanc, sans serrer : en effet, à la cuisson, la farce se gonflera ce qui ferait céder les bords de l'orifice s'ils étaient cousus trop serré.

Faites fondre le beurre dans une casserole, mettez-y à revenir la poitrine farcie en même temps qu'une carotte épluchée et coupée en rondelles. Salez, poivrez.

Quand la poitrine a pris couleur, mettez-la, ainsi que le reste du contenu de la casserole, dans la cocotte RÖMERTOPF que vous aurez, comme d'habitude, humidifiée auparavant pendant une dizaine de minutes. Ajoutez deux ou trois cuillerées de bouillon. Couvrez, mettez au four, allumez celui-ci et amenez progressivement à thermostat 7. Laissez chauffer ainsi une vingtaine de minutes. Ouvrez la cocotte, ajoutez le reste du romarin et du fenouil, arrosez de bouillon : le niveau du liquide doit monter jusqu'à mi-hauteur de la viande. Couvrez et remettez au four, thermostat 8 à 9, pendant quelques minutes. Surveillez bien le moment où l'ébullition démarre : n'hésitez pas, dans ce but, à retirer et ouvrir la cocotte de temps à autre. Dès que l'ébullition est établie, remettez au four, ramenez le thermostat à la graduation 6. Laissez cuire doucement, pendant deux heures, en surveillant de temps en temps le niveau du liquide, surtout vers la fin de la cuisson. Complétez éventuellement avec un peu de bouillon chaud.

Quand la cuisson est achevée, goûtez la sauce, rectifiez l'assaisonnement.

Sortez la poitrine de la cocotte, laissez-la tiédir avant de couper le fil qui la ferme. Si vous l'enleviez quand la viande est encore très chaude, la poche s'ouvrirait et laisserait échapper la farce. Gardez la sauce au chaud.

Quand la poitrine est tiède, coupez-la en tranches fines que vous mettrez sur le plat de service chauffé. Passez la sauce qui doit être bien réduite et versez-la sur les tranches de viande.

Accompagnez d'une garniture d'endives braisées.

Blanquette de veau

Pour que la blanquette de veau soit bonne, il est essentiel que la viande ne soit ni trop sèche ni trop grasse. C'est pourquoi je vous conseille de mettre ensemble des morceaux différents, les uns un peu secs, les autres un peu persillés. Ainsi l'ensemble sera équilibré.

Le goût des os de veau est indispensable pour corser le jus.

La blanquette se fait non seulement avec du veau, mais avec toutes les viandes blanches (agneau, poulet, lapin, etc.).

● Pour 4 personnes : *350 g d'épaule de veau — 350 g de poitrine de veau — 1 carotte — 1 oignon — 100 g de beurre — 1 cuill. à soupe de farine — 2 œufs — 50 g de crème fraîche — 1 citron — os de veau — bouquet garni — sel — poivre.*

Faites couper, par le boucher, les deux morceaux de viande (épaule et poitrine) en morceaux carrés de quatre à cinq centimètres de côté.

Epluchez carotte et oignon, coupez la carotte en rondelles moyennes et l'oignon en quatre.

Beurrez l'intérieur de la cocotte RÖMERTOPF avec 50 g de beurre (la cocotte ayant été d'abord, comme d'ordinaire, trempée dix minutes dans l'eau). Mettez la cocotte *découverte* dans le four allumé à feu doux (thermostat 4 à 5). Lorsque le beurre est tout juste fondu, mettez-y les morceaux de viande. Couvrez la cocotte et, sans augmenter la puissance du feu, laissez rendre à la viande son jus pendant dix minutes : elle ne doit surtout pas se colorer.

Ouvrez alors la cocotte, versez-y de l'eau bouillante jusqu'à ce que la viande soit juste recouverte. Ajoutez carotte, oignon, os de veau, bouquet garni, sel, poivre. Couvrez la cocotte et remettez-la au four. Surveillez le moment où l'eau commence à bouillir à petits bouillons. A partir de ce moment, laissez mijoter à petits bouillons pendant une heure et demie.

Quand la viande a fini de cuire, retirez la cocotte du four.

Faites fondre le reste du beurre en casserole découverte, à petit feu. Quand le beurre est mousseux, ajoutez la farine en remuant avec une cuiller de bois et ajoutez petit à petit à l'aide d'une louche, en remuant toujours, le bouillon bouillant dans lequel la viande a cuit à l'intérieur de la cocotte. Laissez épaissir cinq minutes ; la sauce doit avoir la consistance d'une crème pâtissière, car elle s'éclaircira quand vous y verserez la liaison crème et œufs. Et maintenant, préparez votre liaison. Pour cela, prenez deux bols. Dans l'un, vous mettrez les blancs d'œufs dont vous ne vous servirez pas dans cette recette ; dans l'autre, les jaunes que vous battrez à la fourchette avec la crème fraîche. Ajoutez à ce mélange le jus d'un citron.

Sortez du feu la casserole contenant votre sauce, versez-y petit à petit et en tournant la liaison crème, œufs, citron, et remettez à chauffer à feu très doux *sans laisser bouillir.*

Après les avoir retirés de la cocotte, puis bien égouttés, mettez les morceaux de viande sur le plat de service chauffé, nappez avec la sauce liée.

Servez, à part, du riz cuit à la créole.

Longe de veau à l'aveyronnaise

Les riches saveurs des noix et du fromage de Roquefort font de ce veau un mets très original que vos amis aimeront.

● Pour 4 personnes : *800 g de longe de veau — 50 g de beurre — 2 carottes — 2 oignons — 1 grand verre de bouillon — sel — poivre — estragon — persil — un petit pot de crème fraîche — 20 g de roquefort — 125 g de noix épluchées.*

Pilez les noix, puis écrasez-les avec le roquefort.

Epluchez, lavez et émincez finement les légumes. Faites-les revenir au beurre en casserole. Dorez la pièce de veau dans la même casserole. Lorsque la viande a pris belle couleur, salez, poivrez. Transvasez de la casserole dans la cocotte RÖMERTOPF, humidifiée au préalable, pendant dix minutes. Ajoutez l'estragon et le persil. Couvrez avec le bouillon. Remettez le couvercle de la cocotte, mettez au four, allumez celui-ci, poussez progressivement en vingt minutes à thermostat 6. Au bout de ces vingt minutes de réchauffage, comptez deux heures de cuisson à la même température.

Vérifiez alors si la longe est bien cuite en la piquant à cœur avec une aiguille à brider : le jus qui sort doit être incolore.

Quand la viande est cuite, enlevez-la de la cocotte, posez-la sur la planche à découper, laissez-la tiédir. Quand elle est tiède, coupez-la en huit tranches. Tartinez chaque tranche avec la farce constituée par les noix écrasées avec le roquefort. Remettez les tranches les unes sur les autres pour reconstituer la longe de veau ; les « entames », c'est-à-dire les deux côtés exté-

rieurs de la longe, ne doivent évidemment pas être tartinées de farce, celle-ci étant répartie uniquement entre les tranches. Une fois la pièce de viande reconstituée, ficelez-la de quelques tours de ficelle de cuisine. Remettez-la dans la cocotte RÖMERTOPF et faites cuire encore une heure, toujours à la même température. Ouvrez alors la cocotte. Mettez la longe sur un plat de service allant au four, enlevez la ficelle, passez la sauce au chinois sur la viande, versez la crème et passez au four, thermostat 9 à 10, à découvert, juste le temps de gratiner.

Veau froid au thon

Sur les côtes méditerranéennes, aussi bien en France qu'en Italie (c'est le « vitello tonnato »), on associe volontiers le veau et le thon, que celui-ci soit frais ou en conserve. Le dernier accommodement est le plus fréquent.

● Pour 4 à 6 personnes : *1 kg de veau dans le quasi — 300 g de thon à l'huile — 1/2 l de vin blanc — 1/2 verre d'huile — 4 anchois salés — 1 oignon — 1 cuill. à soupe de cornichons hachés — sel — poivre — 2 citrons.*

Ecrasez le thon en petits morceaux dans son huile. Lavez les anchois, enlevez-en l'arête centrale, puis réduisez ces poissons en petits morceaux. Epluchez l'oignon et coupez-le en fines lamelles.

Dans la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, mettez le morceau de quasi de veau, le thon et les anchois écrasés, les lamelles d'oignon et le vin blanc. Salez, poivrez. Vous aurez choisi la cocotte assez petite, pour que la viande soit recouverte par le vin. Sinon, augmentez un peu la quantité de vin.

Couvrez la cocotte, mettez-la au four, montez la chaleur en un quart d'heure environ jusqu'à thermostat 6. A partir de ce moment, laissez cuire deux heures à température constante. Au bout d'une heure et quart, une heure et demie, n'hésitez pas à ouvrir la cocotte pour surveiller la cuisson. En fin de cuisson, piquez la viande à cœur avec une aiguille à brider : le jus qui s'échappe de la piqûre doit être absolument blanc.

Lorsque la viande est cuite, mettez-la sur un plat de service creux. Passez à la moulinette tout ce qui est resté dans la casserole, délayez cette purée avec un demi-verre d'huile et le jus de deux citrons. Versez cette sauce sur le morceau de viande, parsemez par-dessus une cuillerée de cornichons finement hachés.

Quand il est froid, mettez le plat au bas du réfrigérateur pour le servir le lendemain. Ne découpez la viande qu'avant de passer à table.

Ragoût de veau au bacon

Si vous faites ce ragoût au printemps, mettez en garniture de nombreux jeunes légumes : navets, carottes, petits pois, haricots verts, pommes de terre nouvelles, etc.

● Pour 4 personnes : *800 g d'épaule de veau — 4 tranches de bacon — 4 artichauts — 1 verre de vermouth sec (genre Noilly-Prat) — 2 verres à bordeaux de bouillon — 100 g de beurre — sel — poivre — gingembre.*

Coupez chaque tranche de bacon en quatre, mettez ces morceaux à revenir dans une poêle dans leur propre graisse, sans les laisser trop griller.

Faites fondre 50 g de beurre dans une casserole, mettez-y à dorer le veau, coupé en morceaux réguliers.

Dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée, versez le bacon et le veau. Salez assez peu, poivrez, mettez une cuillerée à sel de gingembre, mouillez avec le vermouth et le bouillon. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci et montez progressivement en un quart d'heure à thermostat 8. Maintenez cette température cinq minutes, puis ramenez à thermostat 6 et laissez cuire une heure et demie à partir de ce moment. Verifiez alors la cuisson de la viande. Enlevez le couvercle et laissez encore cinq minutes à découvert dans le four, même température.

Cuisez les artichauts à l'eau bouillante salée, gardez les fonds, coupez-les en morceaux que vous ferez dorer dans le reste du beurre et que vous ajouterez dans le ragoût au moment de servir.

Les feuilles des artichauts peuvent être mangées en hors-d'œuvre avec une sauce vinaigrette.

Grenadins de veau aux girolles

Les girolles sont de bons champignons qu'on emploie surtout pour garnir une omelette ou pour accompagner du veau. Choisissez de préférence de toutes petites girolles dont le chapeau ne soit guère plus grand qu'une pièce de cinq francs.

● Pour 4 personnes : *4 grenadins dans la noix de veau — 100 g de lard fumé — 100 g de couennes fraiches — 1 échalote — 1 carotte — bouquet garni — 1/2 verre de vin blanc sec — 2 verres 1/2 de bouillon — 500 g de girolles — 3 cuill. à soupe d'huile — sel — poivre.*

Demandez au boucher de couper dans la noix de veau quatre grenadins longs de 8 à 9 centimètres, larges de 4 à 5 centimètres, épais d'un centimètre et demi.

Mettez dans une sauteuse, sur le feu, le lard fumé et les couennes coupés en petits morceaux. Quand ils ont rendu un peu de graisse, mettez-y la carotte émincée et l'échalote coupée en quatre. Remuez à la cuiller de bois. Posez dessus les grenadins et faites-les revenir des deux côtés à petit feu. Quand ils sont bien colorés, mouillez avec le vin blanc, laissez la sauteuse à découvert pour que le vin s'évapore.

Mouillez ensuite avec un demi-verre de bouillon et laissez également s'évaporer celui-ci.

Pendant que ces deux liquides s'évaporent de la sauteuse, vous aurez allumé le four pour le faire très doucement chauffer (thermostat 2).

Mettez les grenadins dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée, ajoutez ce qui reste dans la sauteuse. Versez sur les grenadins, dans la cocotte, deux verres de bouillon chaud, salez, poivrez, mettez un bouquet garni. Couvrez la cocotte, mettez au four, amenez celui-ci progressivement en un quart d'heure à thermostat 6. Laissez cuire une heure et demie à cette chaleur. Toutefois, un quart d'heure avant la fin de ce délai, ouvrez la cocotte, arrosez les grenadins avec la sauce, ajoutez éventuellement un peu de bouillon chaud, recouvrez et laissez s'achever l'heure et demie prévue à partir du moment où vous avez mis le thermostat à 6. Quand ce temps est écoulé, vérifiez la cuisson d'un grenadin. Après quoi, ne remettez pas le couvercle de la cocotte, mais laissez-la découverte dans le four, toujours thermostat 6, pendant dix minutes.

Pendant que les grenadins mijotent au four, préparez la garniture de girolles : coupez les bouts terreux des tiges, lavez les girolles à l'eau froide, égouttez sur un torchon propre. Faites chauffer, dans la sauteuse, trois cuillerées à soupe d'huile, dispersez-y les girolles, salez, poivrez. Laissez-les cuire sur bon feu à découvert et en remuant à la cuiller de bois, afin qu'elles rendent leur eau de végétation. La cuisson dure environ vingt minutes.

Dressez les grenadins sur le plat de service chauffé. Passez la sauce dessus, après avoir retiré le bouquet garni. Entourez avec les girolles bien chaudes.

Mouton

Navarin d'agneau printanier

Comme pour la blanquette de veau, il est indiqué pour le navarin d'agneau de prendre la viande dans diverses parties de l'animal, pour que le gras de l'une corrige la sécheresse de l'autre.

● Pour 4 personnes : *900 g d'agneau — 40 g de saindoux — 25 g de farine — 1 cuill. à soupe de concentré de tomates — 1 gousse d'ail — 10 petits oignons — 10 petites pommes de terre nouvelles — 10 petits navets nouveaux — 250 g de petits pois frais — 10 petites carottes nouvelles — laurier — thym — persil — sel — poivre du moulin — 1 pincée de sucre en poudre.*

Achetez un tiers d'épaule, un tiers de poitrine, un tiers de hauts de côtelettes. Faites-les couper par le boucher en morceaux de 70 g environ.

Dans une assiette, assaisonnez-les d'une bonne pincée de sel, d'un tour de moulin à poivre et d'une pincée de sucre en poudre.

Faites fondre le saindoux dans une sauteuse. Quand il est bien chaud, mettez-y les morceaux d'agneau. Remuez et tournez les morceaux avec une cuiller de bois, jusqu'à ce qu'ils soient rissolés de toutes parts. Jetez alors les trois quarts de la graisse dans laquelle ils ont cuit, saupoudrez-les avec la farine et, sur petit feu, remuez pour qu'ils soient entourés de farine à peu près régulièrement. Retirez du feu quand la farine commence à roussir.

Transvasez alors le contenu de la sauteuse dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Versez de l'eau tiède jusqu'à ce que les morceaux soient couverts. Mettez au four la cocotte découverte, montez progressivement la température de celui-ci à thermostat 8 et attendez la prise d'ébullition. Pendant ce stade, ouvrez naturellement le four de temps en temps pour surveiller ; profitez-en pour bien remuer en grattant le fond avec une cuiller de bois, afin d'éviter que la farine n'attache.

Quand l'ébullition est prise, ajoutez le concentré de tomates, la gousse d'ail grossièrement écrasée, ainsi que le thym, le laurier et le persil réunis en bouquet. Couvrez la cocotte, fermez le four et ramenez le thermostat à 5 ou 6. Au bout d'un quart d'heure, jetez un coup d'œil pour vérifier que le liquide mijote à petits bouillonnements. Rectifiez le thermostat en conséquence. A partir du moment où la cocotte a été couverte, comptez une heure de cuisson.

Pendant ce temps, cuisez à part, et séparément les uns des autres, les divers légumes. Ajoutez-les au navarin d'agneau quand il a mijoté une heure. Continuez la cuisson vingt minutes.

Dégraissez, goûtez, rectifiez l'assaisonnement. Servez très chaud dans la cocotte.

Collier de mouton aux marrons

● Pour 6 personnes : *1,500 kg de collier de mouton — 75 g de beurre — 1 verre de vin blanc — 2 carottes — 1 oignon — 1 kg de marrons — sel — poivre — gingembre en poudre.*

Achetez le collier de mouton sans le faire découper. Epluchez les carottes et l'oignon, émincez-les. Faites fondre le beurre dans une casserole. Lorsqu'il mousse, mettez-y le morceau de viande à revenir, ainsi que carottes et oignon. Remuez jusqu'à ce que la viande soit bien dorée. Retirez le morceau de viande de la casserole pour le déposer dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Versez-y les légumes revenus au beurre restés dans la casserole. Mouillez avec le vin blanc chauffé. Couvrez la cocotte, mettez-la au four. En vingt minutes, amenez progressivement la température à thermostat 7. Puis laissez cuire une heure et demie.

Pendant que la viande cuit dans la cocotte, préparez les marrons : faites une fente circulaire sur les trois quarts de leur surface et mettez-les à griller ; une poêle trouée est l'ustensile le plus pratique à cet effet. Epluchez-les.

Quand la viande a cuit une heure et demie, ouvrez la cocotte, ajoutez les marrons grillés et épluchés, ainsi qu'un demi-verre d'eau. Remettez à cuire, toujours à couvert, encore une demi-heure.

Quand vous ouvrez la cocotte avant de servir, vérifiez que la viande se sépare facilement des os : c'est la preuve qu'elle est cuite à point.

Découpez la viande, posez-la sur le plat de service chauffé, entourez-la des marrons et versez la sauce dessus.

Côtelettes de mouton Champvallon

● Pour 4 personnes : *4 basses côtes de mouton — 300 g de pommes de terre — 3 oignons — 1 verre de bouillon — 100 g de beurre — sel — poivre — bouquet garni.*

Commencez par faire revenir les côtelettes à la poêle dans le beurre. Retirez-les, gardez-les au chaud. Faites dorer dans la même poêle les oignons très finement émincés.

Versez les oignons revenus dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Aplanissez-les pour faire un lit à peu près égal au fond de la cocotte. Sur ce lit d'oignons, posez les côtelettes. Arrosez avec le bouillon chaud jusqu'à hauteur de la viande. Ajoutez le bouquet garni. Salez, poivrez. Mettez la cocotte sans couvercle au four, amenez celui-ci à thermostat 8. Surveillez de temps en temps. Quand l'ébullition est établie, couvrez la cocotte et laissez-la dix minutes au four à même température. Au bout de dix minutes, ouvrez la cocotte et posez sur les côtelettes, en couche égale, les pommes de terre épluchées et coupées en rondelles assez minces, comme pour des pommes de terre sautées.

Couvrez la cocotte, remettez à cuire à même température. Vous devez ouvrir la cocotte de temps à autre et arroser en cours de cuisson. Le plat est prêt quand les pommes de terre sont cuites, ce qui prend au moins trois quarts d'heure.

Si les pommes de terre se cassent, cela n'a pas d'importance ; au contraire, elles n'en sont que meilleures. Quant aux côtelettes, très cuites et imprégnées de jus, point n'est besoin d'un couteau pour les manger, une fourchette suffit.

C'est naturellement dans la cocotte que vous devez présenter ce plat à table.

Ragoût de mouton au vin rouge

● Pour 6 personnes : *1 kg de mouton dans le carré découvert — 250 g de lard maigre — 50 g de beurre — 500 g de petits oignons — 250 g de champignons — thym — laurier — persil — 2 verres de vin rouge — sel —*

poivre — paprika — 2 cuill. à soupe de farine — 1 pain de mie — 1 petit verre de sang de porc (si possible).

Coupez le lard en dés pas trop gros que vous ferez d'abord blanchir en les laissant deux minutes dans de l'eau bouillante. Egouttez ces dés de lard, puis faites-les revenir au beurre dans une casserole avec les petits oignons épluchés. Ajoutez alors le mouton coupé en gros dés et laissez prendre couleur de toutes parts, en remuant de temps en temps avec une cuiller de bois.

Quand la viande a pris couleur, saupoudrez avec la farine et laissez blondir, toujours en remuant. Versez deux verres d'eau chaude dans la casserole, puis, en remuant et raclant, transvasez le contenu de la casserole dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Ajoutez-y deux verres de vin rouge chauffé. Assaisonnez en sel, poivre et paprika. Ajoutez le thym, laurier et persil liés en bouquet. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, montez celui-ci progresssivement en dix minutes à thermostat 6. Au bout de vingt minutes, vérifiez que le liquide bouillonne doucement : si le bouillonnement est trop fort, passez à thermostat 5. Si le liquide ne bouillonnait pas encore (four mal étalonné), passez à thermostat 8 un quart d'heure, puis revenez à thermostat 6. Laissez cuire ainsi pendant une heure un quart à partir de la mise au four. Sortez alors les morceaux de viande de la cocotte, jetez le bouquet thym-laurier-persil, passez la sauce. Remettez le tout dans la cocotte, ajoutez les champignons, goûtez pour rectifier l'assaisonnement et continuez la cuisson à couvert, au four, pendant une heure encore.

Au dernier moment, liez la sauce avec le sang de porc, mais cela n'est pas indispensable.

Servez entouré de croûtons découpés dans le pain de mie et revenus au beurre.

Carry de mouton

Quand je fais un carry, j'aime qu'il soit très fort ! Je vous indique ici la proportion que j'emploie personnellement ; diminuez-la si vous n'appréciez pas des plats aussi relevés. De même, vous pouvez supprimer les piments oiseaux : ce sont de très petits piments rouges extrêmement forts que vous trouverez dans les épiceries spécialisées, mais aussi, et de plus en plus, dans nombre d'autres épiceries, comme le chutney d'ailleurs. Celui-ci, à la fois sucré et très épicé, est une sauce condiment, à base de mangues marinées dans le vinaigre, avec sucre de canne et de nombreuses et brûlantes épices. Il s'emploie beaucoup en Inde, en Malaisie et en Indonésie.

● Pour 6 personnes : *1,250 kg de mouton dans le collier — 50 g de poudre de carry — 1 cuill. à soupe rase de poudre de cannelle — 2 bananes — 2 pommes fruits — 4 piments oiseaux* (facultatif) *— sel — poivre — poivre de cayenne.* Pour l'accompagnement : *25 g d'amandes effilées — 25 g de raisins de Smyrne — 1 pot de confiture d'oranges — 1 bocal de chutney.*

Découpez la viande en gros dés, dégraissez-la soigneusement morceau par morceau. Mélangez à la poudre de carry la poudre de cannelle, délayez ce mélange dans un bol d'eau chaude.

Faites chauffer le beurre dans une casserole. Lorsqu'il commence à mousser, mettez les morceaux de viande à petit feu, remuez avec la cuiller de bois pour faire revenir de toutes parts sans laisser dorer. Transvasez dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Ajoutez dans la cocotte les bananes coupées en gros morceaux et les pommes coupées en demi-quartiers. Mouillez avec le bol d'eau chaude dans laquelle le carry a été dissous ; complétez, si nécessaire, avec un peu plus d'eau chaude, de manière que le liquide recouvre légèrement la viande. Salez (beaucoup, car le carry « dessale » et, aussi, à cause de la présence des fruits). Poivrez du moulin, ajoutez une pincée de poivre de Cayenne. Couvrez la cocotte, mettez-la au four. En quinze minutes, amenez progressivement à thermostat 6. Vérifiez que le liquide bouillonne doucement. Laissez cuire deux heures au moins : la viande doit être très cuite sans être, bien sûr, en bouillie. En cours de cuisson, surveillez à deux ou trois reprises : si la sauce s'épaississait trop, ajoutez un peu d'eau chaude, remuez à la cuiller de bois.

Servez bien chaud avec du riz créole présenté à part. Dans de petites soucoupes, vous servirez en même temps les amandes effilées, les raisins de Smyrne, de la confiture d'oranges et du chutney.

Porc

Potée bretonne

La poitrine de porc est assez grasse, la palette est tendre et assez maigre. Voilà pourquoi on les associe dans cette potée.

● Pour 4 personnes : *500 g de porc dans la palette — 500 g de porc dans la poitrine — 2 saucisses fumées — 1 beau chou bien pommé — 8 carottes moyennes — sel — poivre.*

Achetez palette et poitrine de porc demi-sel. Lavez-les bien sous l'eau courante du robinet, afin de les dessaler. Retirez les feuilles extérieures fanées du chou, coupez le trognon, enlevez-les grosses côtes des feuilles. Lavez le chou à grande eau, mettez-le à blanchir dix minutes à l'eau bouillante. Faites-le égoutter.

Dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée, mettez le chou blanchi coupé en morceaux, les carottes coupées en rondelles et, par-dessus, la poitrine et la palette de porc. Mouillez avec de l'eau tiède, de façon à recouvrir les viandes. Couvrez, mettez au four, amenez progressivement en vingt minutes à thermostat 8. Comptez, à partir de ce moment, deux heures de cuisson.

Dix minutes avant la fin de la cuisson, ajoutez dans la cocotte les saucisses fumées. Poivrez, ajoutez du sel si c'est nécessaire. Servez chaud sur le plat de service chauffé ; coupez chaque saucisse en deux. Entourez le plat de pommes de terre vapeur.

Echine de porc à la bière

● Pour 4 personnes : *1 kg d'échine de porc — 1 kg d'oignons — 50 g de saindoux — 2 grands verres de bière — bouquet garni — 1 cuill. à soupe de chapelure — sel — poivre.*

Faites désosser et ficeler l'échine de porc par votre charcutier.

Epluchez les oignons, émincez-les finement et faites-les dorer dans la moitié du saindoux, à petit feu, dans une poêle. Faites fondre le reste du saindoux dans une sauteuse, mettez-y à dorer l'échine de tous côtés sur feu pas trop fort.

Dans le fond de la cocotte RÖMERTOPF préalablement trempée dans l'eau dix minutes, mettez la moitié des oignons que vous venez de faire dorer. Posez dessus le morceau de porc retiré de la sauteuse, salez, poivrez. Recouvrez avec le reste des oignons dorés. Salez, poivrez de nouveau. Saupoudrez avec la chapelure et mouillez avec la bière.

Couvrez la cocotte, mettez-la au four, amenez celui-ci progressivement, en vingt minutes, à thermostat 8. Vérifiez que la bière a commencé à bouillir. A partir de ce moment, laissez cuire à thermostat ramené à 6 pendant deux heures et demie. Vérifiez que le porc est bien cuit en le piquant à cœur avec une aiguille à brider : le jus qui sort doit être incolore.

Dégraissez la sauce avec une cuiller. Jetez le bouquet garni. Servez très chaud, accompagné d'une purée de haricots rouges.

Porc à l'ananas

J'ai goûté cette recette exotique pour la première fois chez des amis à la Martinique. Elle ne comporte que de la poitrine, morceau un peu gras, mais la saveur légèrement acidulée de l'ananas corrige parfaitement l'excès de graisse.

● Pour 4 personnes : *1 kg de poitrine fraîche — 100 g de lard fumé — sel — poivre — thym — laurier — clou de girofle, — une bonne tasse de jus d'ananas.*

Coupez le lard en tout petits dés. Mettez ces lardons dans une casserole sur le feu. Quand ils commencent à prendre couleur, faites colorer la viande, de toutes parts, dans la graisse rendue par les lardons. Salez, poivrez. Mettez une feuille de laurier, une petite branche de thym, un clou de girofle et la tasse de jus d'ananas. Laissez chauffer à découvert. Dès que le contenu commence à bouillir, retirez du feu. Mettez le morceau de poitrine de porc dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée, versez dessus tout le contenu de la casserole. Fermez la cocotte, mettez au four, montez en un quart d'heure à thermostat 6, puis laissez cuire deux heures à cette chaleur. Après avoir vérifié le degré de cuisson, retirez la viande de la cocotte, découpez-la sur le plat de service chauffé. Recouvrez-la de la sauce après en avoir retiré la branche de thym, la feuille de laurier et le clou de girofle. Servez bien chaud.

A part, vous présenterez des cœurs de palmiers froids en vinaigrette.

Choucroute au riesling

● Pour 4 personnes : *1 kg de choucroute — 75 g de saindoux — 500 g d'épaule de porc salée — 250 g de lard fumé — 4 saucisses fumées genre saucisses de Francfort — 1 oignon — thym — laurier — 1 cuill. à sel de poivre en grains — 2 clous de girofle — 12 grains de genièvre*

— 1 bouteille de riesling — 500 g de pommes de terre (farineuses de préférence).

Rincez bien la choucroute en la remuant sous le robinet d'eau froide, pour en enlever la saumure. Puis égouttez-la dans une passoire, enfin pressez-la entre les paumes de vos mains pour en extraire l'eau qui reste. Mettez la choucroute dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Répartissez dessus le saindoux, mettez l'oignon coupé en quatre, le thym, le laurier, les clous de girofle, parsemez avec le poivre en grains, ainsi qu'avec les grains de genièvre. Mouillez avec ce qu'il faut de riesling pour recouvrir tout juste la choucroute. Couvrez la cocotte, allumez le four, montez progressivement à thermostat 7. Surveillez la prise d'ébullition. Quand celle-ci est établie, baissez à thermostat 6 ou même 5 pour entretenir un mijotement très doux pendant quatre heures. Cependant, deux heures après la prise d'ébullition, soit deux heures avant la fin de la cuisson, ajoutez dans la cocotte, en les enfouissant dans la choucroute, le lard et le morceau de viande de porc dessalé (ce dernier, pendant la première heure de cuisson de la choucroute, aura en effet été mis à dessaler dans une terrine sous le robinet d'eau froide, puis à égoutter). Vers la fin de la cuisson, vérifiez que le liquide n'a pas trop réduit dans la cocotte. Si besoin est, ajoutez un peu d'eau chaude, un verre tout au plus, versée par petites quantités à la fois. Un quart d'heure avant la fin de la cuisson, déposez les saucisses dans la cocotte.

Juste avant de servir, découpez la viande en tranches fines, le lard en petits dés. Dressez la choucroute sur le plat de service chauffé. Présentez dessus les tranches de porc et les dés de lard. Entourez avec les saucisses. Servez à part ou répartissez autour du plat les pommes de terre cuites à la vapeur.

Plat de côtes de porc aux pois cassés

● Pour 4 personnes : *1 kg de plat de côtes de porc salé — 1 chou moyen bien pommé — 6 carottes — 500 g de pois cassés — 125 g de beurre — 4 œufs — sel — poivre.*

Laissez tremper les pois cassés dans l'eau froide pendant plusieurs heures, par exemple la veille pour le lendemain. Dessalez le morceau de viande dans l'eau froide, une heure environ, en changeant l'eau de temps en temps. Enlevez le trognon et les feuilles défraîchies du chou, coupez-le en quatre. Faites-le blanchir quelques minutes à l'eau bouillante salée. Egouttez-le. Dans la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, mettez le chou blanchi, les carottes épluchées et coupées en rondelles pas trop grosses et le morceau de viande. Mouillez d'eau jusqu'à mi-hauteur. Salez, poivrez. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, montez la chaleur progressivement jusqu'à thermostat 7. A partir de ce moment, comptez une heure et demie à une heure trois quarts en surveillant la cuisson de temps en temps. Remettez un peu d'eau chaude s'il le faut.

Par ailleurs, videz l'eau de trempage des pois cassés. Faites-les cuire, à l'eau froide salée, dans une casserole sur feu vif, amenez à grands bouillonnements. Le temps de cuisson dépend de l'âge des pois ; il est d'au moins une heure. Quand les pois sont cuits, égouttez, puis passez au tamis fin, ajoutez le beurre et un peu d'eau de cuisson, pour obtenir une purée de consistance normale. Salez, poivrez, remuez. Ajoutez les quatre jaunes d'œufs battus à la fourchette, ensuite les quatre blancs montés en neige ferme. Mettez ce mélange dans un moule beurré allant au four et faites-le cuire au four, au bain-marie, pendant trente minutes.

Disposez le porc découpé sur le plat de service chauffé, versez-y la sauce et les légumes de la cocotte et servez accompagné du gâteau de pois cassés.

Volaille et gibier

Poulet au paprika

Les lasagnes sont des nouilles plates et larges. Vous en trouverez facilement dans le commerce.

● Pour 6 personnes : *1 beau poulet — 50 g de saindoux — 150 g de lard de poitrine fumé — 150 g de crème fraîche — 2 gros oignons — 1 gousse d'ail — deux cuill. et demie à soupe de paprika — 1/4 l de vin blanc sec — sel — poivre du moulin — cayenne — 250 g de lasagnes.*

Demandez à votre volailler de couper le poulet en morceaux.

Hachez grossièrement oignons, ail et lard de poitrine. Faites fondre le saindoux dans une casserole. Quand il est fondu et très chaud, mettez-y à revenir ensemble les morceaux de poulet avec le hachis de lard, d'oignons et d'ail.

Lorsque le tout est bien doré, transvasez dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Saupoudrez avec le paprika, remuez, versez le vin blanc et ajoutez un peu d'eau chaude, de manière que les morceaux de poulet soient presque recouverts. Salez, poivrez, mettez une pointe de cayenne. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci et amenez progressivement le thermostat à la graduation 7. Laissez cuire trois quarts d'heure. Vérifiez alors que le poulet est bien cuit en piquant une cuisse avec une aiguille à brider ; le jus qui perle doit être incolore. Sortez les morceaux de poulet de la cocotte, réservez-les. Versez la sauce dans la casserole et faites-la réduire à découvert et à bon feu. Elle doit être assez épaisse, mais pas trop. Mettez ensuite les morceaux de poulet dans la sauce dans la casserole. Ajoutez la crème fraîche, remuez, goûtez, rectifiez l'assaisonnement. Mettez sur le feu pour réchauffer sans bouillir. Versez dans le plat de service. Servez avec des lasagnes revenues au beurre.

Poulet au porto

● Pour 6 personnes : *1 poulet bien tendre de 1,200 kg environ — 500 g de champignons de Paris — 1/3 l de bon porto blanc — 100 g de beurre — 400 g de crème fraîche — 1 jaune d'œuf — sel — poivre.*

Faites fondre le beurre dans une sauteuse. Quand il est bien chaud, mettez-y le poulet à dorer de toutes parts.

Lavez puis essuyez les têtes de champignons ; les queues ne vous serviront pas dans cette recette, gardez-les pour autre chose, par exemple pour farcir des œufs, des tomates, etc.

Dans la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, mettez le poulet doré, les têtes de champignons, ajoutez la moitié du porto et la moitié de la crème, salez, poivrez fortement. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci et montez progressivement en un quart d'heure à thermostat 7. Laissez ensuite cuire une demi-heure. A ce moment-là, ajoutez le reste du porto et de la crème, couvrez à nouveau et laissez cuire vingt minutes de plus à la même température.

Au moment de servir, ajoutez hors du feu le jaune d'œuf à la sauce, mélangez bien. Découpez le poulet puis reconstituez-le sur le plat de service chaud, entourez-le avec les têtes de champignons, arrosez avec la sauce et servez accompagné de riz pilaf.

Waterzoï de poulet

Ce plat, originaire des Flandres, est évidemment très en faveur dans le Nord, mais on l'apprécie aussi dans le reste de la France.

● Pour 6 personnes : *1 beau poulet de ferme — 1 carotte — 1 branche de céleri — 5 poireaux — 2 oignons — 100 g de beurre — 3 œufs — 150 g de crème fraîche — sel — poivre — 3 branches de persil.*

Découpez le poulet en morceaux. Commencez par faire un bouillon avec les abattis : mettez un demi-litre d'eau dans une casserole, les abattis du poulet, la carotte épluchée et coupée en quatre, le blanc d'un poireau, une demi-feuille de céleri, sel, poivre. Laissez cuire à couvert sur petit feu au moins une heure.

Coupez finement en julienne le blanc des quatre poireaux qui restent, ainsi que les oignons. Faites fondre le beurre dans une sauteuse, mettez-y à cuire très, très doucement la julienne de poireaux et d'oignons ainsi que le persil. Il ne faut absolument pas que beurre ou légumes prennent couleur. Laissez cuire trente minutes.

Dans le fond de la cocotte RÖMERTOPF, préalablement humidifiée, versez la julienne poireaux-oignons, égalisez la surface. Déposez dessus les morceaux crus de poulet en les rangeant régulièrement. A travers une passoire, versez le bouillon chaud d'abattis sur les morceaux de poulet. Couvrez la cocotte, mettez au four, allumez celui-ci, montez en vingt minutes à thermostat 6. A partir de ce moment, laissez cuire doucement : la durée de la cuisson, d'une heure et demie à peu près, dépend de l'âge de la volaille. Surveillez donc en fin de cuisson en piquant une cuisse.

Un peu avant la fin de la cuisson, battez les jaunes de trois œufs avec la crème. Salez, poivrez. Versez cette liaison dans une soupière chauffée. Avec une louche, versez aussi dans la soupière la plus grande partie du bouillon qui reste dans la cocotte et battez au fouet. Puis videz le contenu de la cocotte (morceaux de poulet et restes de légumes) dans la soupière.

Servez chaud dans des assiettes à soupe chauffées.

Canard à la normande

● Pour 4 personnes : *1 canard de 1,500 kg environ — 100 g de beurre — 1 l de cidre sec, — 1 verre de crème*

fraîche — 750 g de pommes fruits (reinettes du Mans, de préférence) — 1 citron — sel — poivre du moulin — 2 cuill. à soupe de calvados (facultatif).

Le canard étant vidé, frotté intérieurement de sel et bridé, tartinez-le légèrement avec une petite partie du beurre et posez-le dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Mettez au four, allumez celui-ci et réglez le thermostat à 5 pendant cinq minutes, puis à 8. Au bout d'un quart d'heure, sortez la cocotte, ouvrez-la et versez sur le canard un demi-litre de cidre que vous aurez fait chauffer avant de l'utiliser. Refermez la cocotte, remettez-la au four, thermostat 8, pendant un autre quart d'heure, puis thermostat 6. La durée de cuisson dépend évidemment de la grosseur exacte de la volaille, de son âge et de sa race, mais normalement ne doit pas être inférieure à une heure un quart à partir du moment où vous avez mis le cidre et réglé le thermostat à 8 puis à 6, comme indiqué ci-dessus. En conséquence, au bout d'une heure un quart, vérifiez si le canard est bien cuit : pour cela, piquez-le avec une fourchette ou un couteau pointu, dans une partie grasse. Le jus qui sort doit être incolore et non rosé. Si, comme il est possible, le canard n'est pas encore tout à fait cuit, remettez au four après avoir profité de cette vérification pour mouiller à nouveau avec un peu de cidre chaud, si vous avez trouvé le fond de la cocotte trop sec. Quand le canard est cuit à point, sortez-le de la cocotte, mettez-le sur un plat chaud et gardez-le au chaud. Si la cuisson a été bien conduite, il vous restera un bon fond de sauce au cidre. Dans ce cas, ajoutez la crème fraîche et donnez trois à quatre tours de moulin à poivre. Si, au contraire, en ouvrant la cocotte, vous trouvez le fond un peu sec et légèrement caramélisé, ajoutez un verre de cidre chaud et déglacez le fond en grattant avec précaution. Ajoutez alors la crème fraîche et poivrez comme ci-dessus. Posez la cocotte dans le four, couvercle ôté, mettez à thermostat 10 et laissez le four ouvert ; vous réduirez ainsi la sauce à l'épaisseur désirée.

Pendant que le canard cuisait, vous aurez épluché les pommes, vous les aurez coupées en demi-quartiers (huit par pomme), puis vous les aurez fait sauter à cru dans une poêle dans le reste du beurre. Si vous désirez les flamber (facultatif), faites-le quand elles sont juste cuites : faites d'abord chauffer le calvados, puis versez-le sur les pommes, mettez-y vivement le feu et remuez pour faire courir le feu sur les fruits. Que ceux-ci soient flambés ou non, arrosez-les d'un fin jus de citron.

Sur le plat de service, entourez le canard avec les demi-quartiers de pommes. Si votre sauce est assez longue, servez-la à part en saucière chauffée. Sinon, versez-la sur le canard.

Pigeons en matelote

• Pour 4 personnes : *2 pigeons moyens — 70 g de beurre — 2 oignons, — bouquet garni — 1 cuill. à soupe rase de farine — 2 verres de bon vin rouge — 2 morceaux de sucre — sel — poivre.*

Videz et bridez les pigeons. Faites fondre le beurre dans une casserole et mettez-y les pigeons à dorer de toutes parts. Quand ils sont dorés, sortez-les de la casserole, coupez-les en deux, réservez-les.

Epluchez les oignons, coupez-les en lamelles assez fines et faites-les dorer légèrement dans le beurre restant dans la casserole où ont été dorés les pigeons.

Transvasez le contenu de la casserole dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement trempée dans l'eau. Ajoutez les quatre demi-pigeons, saupoudrez avec la farine, mouillez avec le vin rouge chaud. Salez, poivrez, ajoutez le bouquet garni et le sucre. Fermez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci et amenez progressivement à thermostat 7. Surveillez la prise d'ébullition et ramenez alors à thermostat 5. Vérifiez au bout de vingt minutes que le liquide mijote doucement. Les pigeons doivent cuire trois heures à très petit feu.

Servez avec des champignons sautés.

Lapin aux pruneaux

Cette recette est plus spécialement conçue pour un lapin de clapier. Vous pouvez cependant l'utiliser pour un lapin de garenne. Dans ce cas, réduisez un peu les proportions des autres éléments... et le nombre des convives qu'il vaut mieux limiter à quatre.

• Pour 5 personnes : *1 lapin — 75 g de beurre — 500 g de pruneaux d'Agen — 3 cuill. à entremets de gelée de groseille — sel — poivre.* — Pour la marinade : *1 l de vin blanc, 2 dl de vinaigre de vin — 1 dl 1/2 d'huile — 1 carotte — 1 oignon — 1 échalote — thym — romarin — clou de girofle — sel — poivre en grains.*

Epluchez et émincez finement carotte, oignon et échalote. Mettez l'huile à chauffer dans une sauteuse, ajoutez les légumes, les aromates, le poivre en grains et salez. Quand les légumes sont légèrement colorés, ajoutez le vin blanc et le vinaigre, faites cuire trois quarts d'heure sur petit feu. Laissez bien refroidir cette marinade.

Faites couper le lapin en morceaux par le volailler. Mettez ces morceaux à tremper vingt-quatre heures dans la marinade. Au bout de ce temps, sortez-les, essuyez-les et faites-les revenir au beurre dans une sauteuse. Versez-les ensuite dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement trempée dans l'eau pendant dix minutes.

Passez la marinade, mettez-la dans une casserole, à découvert, sur gros feu, afin qu'elle réduise de moitié. Versez alors cette marinade réduite sur les morceaux de lapin dans la cocotte. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement. Ajoutez les pruneaux que vous aurez fait tremper douze heures dans du thé fort. Fermez la cocotte, mettez-la au four, montez progressivement la chaleur à thermostat 6. Surveillez la prise d'ébullition. A partir de celle-ci, faites cuire une heure et demie.

Au moment de servir, mettez les morceaux de lapin sur le plat de service chauffé. Ajoutez à la sauce, dans la cocotte, trois cuillerées à entremets de gelée de groseille, remuez bien, couvrez, remettez au four et faites chauffer une demi-heure. Goûtez pour rectifier éventuellement l'assaisonnement et versez sur les morceaux de lapin.

Faisan farci aux marrons

● Pour 4 personnes : *1 faisan — 50 g de lard — 3 bardes de lard — 50 g de beurre — 1 boîte de 500 g de marrons au naturel — 1 petite boîte de pelures de truffes — 1 verre et demi de vin blanc sec — 2 morceaux de sucre — sel — poivre.*

Préparez un caramel en faisant cuire deux morceaux de sucre dans très peu d'eau.

Ouvrez la boîte de marrons, égouttez-les.

Dans une casserole, mettez le lard haché fin, le beurre et le contenu (y compris le liquide) de la boîte de pelures de truffes. Faites revenir celles-ci cinq minutes dans le lard et le beurre. Salez, poivrez. Laissez refroidir. Ajoutez sept à huit marrons, écrasez le tout pour obtenir une farce avec laquelle vous farcirez le faisan. Recousez l'orifice. Entourez le faisan d'une barde de lard. Ficelez-le. Etalez les deux autres bardes dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Il faut choisir une cocotte pas trop grande, pour que le faisan n'y soit pas au large. Disposez-y le faisan, versez un verre et demi de vin blanc, ajoutez le caramel que vous venez de préparer, salez, poivrez. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, allumez celui-ci thermostat 6. Au bout de quarante-cinq minutes, vérifiez la cuisson avec un couteau pointu. Quand le faisan est cuit, déficelez-le, enlevez les bardes de lard, mettez le faisan sur le plat de service chauffé.

Dégraissez la sauce, versez-la dans une casserole et mettez-la à réduire sur petit feu, puis liez-la avec le reste des marrons écrasés. Goûtez, rectifiez l'assaisonnement. Versez la sauce dans le plat de service autour du faisan.

Perdrix aux choux

« A la Saint-Remi, tout perdreau devient perdrix. » Vous ne ferez jamais une bonne perdrix aux choux avec une vieille perdrix dont la chair ne peut que rester dure. N'attendez donc pas trop longtemps après la Saint-Remi, qui tombe le 1er octobre, pour réaliser ce plat.

Qu'il soit perdreau ou perdrix, l'oiseau ne doit être plumé que juste avant la cuisson.

● Pour 4 personnes : *2 perdrix — 1 gros chou vert — 250 g de carottes — 200 g de lard de poitrine — 125 g de saucisson « à cuire » — 1 belle couenne — 75 g de saindoux — 1 l de bouillon — sel — poivre.*

Enlevez les feuilles défraîchies du chou ainsi que le trognon, coupez le chou en quatre. Faites-le blanchir un quart d'heure à l'eau bouillante non salée. Egouttez-le, mettez-le à tremper dix minutes dans l'eau froide. Egouttez-le alors de nouveau, puis pressez-le dans les mains pour enlever presque toute l'eau.

Mettez la moitié du saindoux à fondre dans une sauteuse ; quand il est chaud, faites-y juste dorer les perdrix en les retournant sur les flancs comme sur le dos.

Etalez la couenne sur le fond et les bords de la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Par-dessus, répartissez en couche à peu près uniforme les feuilles de chou, posez-y les deux perdrix en versant le saindoux fondu de la sauteuse, ajoutez le reste du saindoux. Dans les interstices laissés par les perdrix,

mettez les carottes coupées en rondelles, le lard et le saucisson. Salez, poivrez. Mouillez avec le bouillon chaud. Couvrez la cocotte, mettez-la au four, montez progressivement à thermostat 7. Dès que l'ébullition est prise, baissez le thermostat, de manière à maintenir tout juste le mijotement du liquide.

A partir de ce moment, comptez une demi-heure pour retirer le saucisson qui doit être cuit à point. Quelques minutes plus tard, retirez les perdrix en vérifiant, avec une aiguille à brider, qu'elles sont bien cuites. Mettez saucisson et perdrix dans un plat chauffé et couvert, simplement pour les garder à peu près au chaud. Continuez la cuisson du chou encore une heure (soit une heure et demie après que l'ébullition a commencé). Vérifiez qu'il est cuit. Juste pour les réchauffer, remettez alors perdrix et saucisson sur le chou dans la cocotte et laissez dix minutes à tout petit four thermostat (2 à 3).

Pour servir, disposez le chou sur un plat creux bien chaud. Rangez dessus les perdrix découpées, chacune en deux, le lard taillé en petits rectangles et enfin le saucisson coupé en rondelles épaisses.

Civet de lièvre

● Pour 8 personnes : *1 beau lièvre — 2 bouteilles de bon vin rouge — 250 g de lard de poitrine — 50 g de lard gras — 25 petits oignons — 1 cuill. à soupe rase de farine — 3 cuill. à soupe d'huile — 50 g de beurre — 1 gros oignon — 2 carottes — bouquet garni — sel — poivre en grains — vinaigre.*

Dépouillez le lièvre, réservez le sang dans un bol, en ajoutant une cuillerée de vinaigre pour l'empêcher de cailler. Ecrasez le foie et ajoutez-le dans le bol. Coupez le lièvre en morceaux, faites mariner ceux-ci dans le vin rouge avec les carottes et le gros oignon coupés en rondelles, le bouquet garni, sel, poivre en grains et deux cuillerées à soupe d'huile. Laissez mariner vingt-quatre heures.

Faites chauffer le beurre et la troisième cuillerée d'huile dans une sauteuse. Quand ils sont chauds, mettez-y à revenir et à dorer les petits oignons épluchés et le lard de poitrine coupé en petits dés et blanchi préalablement cinq minutes dans l'eau bouillante.

Avec une écumoire, retirez les petits oignons et le lard de poitrine de la sauteuse. Réservez-les. Dans ce qui reste de beurre et d'huile dans la sauteuse, mettez d'abord le lard gras haché, puis les morceaux de lièvre bien essuyés. Laissez dorer, versez le contenu de la sauteuse dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Saupoudrez alors les morceaux de lièvre avec la farine, remuez avec une cuiller de bois. Mouillez avec la marinade que vous aurez d'abord passée pour éliminer les légumes. Ajoutez cependant le bouquet garni dans la cocotte. Couvrez celle-ci, mettez-la au four, montez progressivement à thermostat 6. Au bout d'un quart d'heure, vérifiez que la marinade mijote doucement ; dès que cela est établi, laissez cuire tout doucement (thermostat 6 ou même 5) pendant une heure. Ouvrez alors la cocotte, rectifiez l'assaisonnement, ajoutez le lard de poitrine et les oignons. Refermez et remettez à cuire cinquante minutes. Prenez alors quelques cuillerées de sauce dans la cocotte et mélangez-les au bol de sang, de manière à réchauffer progressivement ce dernier, remuez, puis versez le contenu du bol pour lier la sauce. Remuez et remettez à couvert au four, thermostat 4, pendant dix minutes, après avoir retiré et jeté le bouquet garni.

Servez avec des pommes de terre vapeur.

Légumes

Ratatouille niçoise

La ratatouille est essentiellement un mélange d'aubergines, de tomates et de poivrons. Limitée à ces trois légumes, elle constitue un plat de forte saveur. Les personnes qui ont le palais plus timide peuvent ajouter une courgette, celle-ci adoucit le goût.

● Pour 4 personnes : *1 grosse aubergine — 5 tomates — 1 beau poivron vert — 1 courgette* (facultative) — *3 cuill. à soupe d'huile (d'olive, de préférence) — sel — poivre.*

Pelez l'aubergine, coupez-la en rondelles ainsi que la courgette si vous avez décidé d'en mettre une. Coupez les tomates et le poivron en quatre. Le poivron devra avoir été choisi encore jeune, c'est-à-dire que la peau doit en être souple. Mettez tous les morceaux de légumes dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Ajoutez l'huile, salez, ne poivrez pas encore. Couvrez

la cocotte, mettez-la au four, poussez celui-ci progressivement, en vingt minutes à peu près, à thermostat 6. Laissez ensuite cuire pendant trois quarts d'heure. Ouvrez alors la cocotte et vérifiez la cuisson d'une rondelle d'aubergine. Comme le nom de ce plat l'indique, les légumes doivent être très cuits. Ils ne doivent pourtant pas être en purée.

Si vous avez trop de jus, ce qui est probable, car les légumes en question rendent beaucoup d'eau, remettez la cocotte au four, cette fois à découvert, poussez la température à thermostat 8 et laissez évaporer l'eau le temps nécessaire (de dix à quinze minutes). Poivrez en fin de cuisson.

Ce plat se mange chaud ou froid. Froid, il n'est que meilleur.

Si vous voulez en faire un plat plus important, mettez sur la ratatouille un œuf poché (chaud ou froid) par personne.

Oseille à la crème

L'oseille ainsi préparée est un accompagnement délicieux, tant pour le veau que pour certains poissons de goût délicat, l'alose, la barbue, le turbot par exemple. Elle peut aussi constituer, par elle-même, une entrée ou un plat de dîner. Dans ce cas, disposez sur l'oseille des œufs mollets ou des croûtons frits au beurre. Demandez toujours de l'oseille nouvelle, il y en a pratiquement tout le temps.

● Pour 4 personnes : *1,500 kg d'oseille — 1 verre de bouillon — 50 g de crème fraîche — 75 g de beurre — 3 jaunes d'œufs — 1 cuill. à café de sucre — sel — poivre.*

Epluchez et lavez l'oseille. Mettez-la à fondre dans une casserole sur le feu, avec très peu d'eau. Lorsqu'elle a fondu, c'est-à-dire lorsqu'elle a pris la consistance d'une bouillie, mettez-la à égoutter sur un tamis. Puis versez-la dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée, ainsi qu'un verre de bouillon, sel, poivre et sucre. Couvrez-la et faites cuire deux heures un quart au four thermostat 6, le premier quart d'heure ayant été consacré à faire chauffer lentement la cocotte en montant progressivement à 6. Quand vous retirez l'oseille cuite de la cocotte, passez-la au tamis au-dessus d'une casserole, ajoutez le beurre et la crème, remuez sur feu doux.

Hors du feu, ajoutez les trois jaunes d'œufs battus à la fourchette. Remuez bien et versez dans le plat de service.

Fonds d'artichauts à la grecque

● Pour 4 personnes : *12 artichauts moyens — 1 verre d'huile — 6 verres d'eau — 2 citrons — bouquet garni — 1 branche de céleri — 1 petite branche de fenouil — 1 cuill. à sel de poivre en grains — 10 g de sel.*

Dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement trempée dans l'eau, commencez par préparer le court-bouillon suivant : l'huile, l'eau chaude, le jus des citrons, le bouquet garni, la branche de céleri et la branche de fenouil émincées, le sel et le poivre en grains. Mettez la cocotte couverte au four, amenez progressivement à thermostat 6. De temps en temps, ouvrez la cocotte pour constater le moment où le court-bouillon entre en ébullition. A partir de ce moment, laissez mijoter une demi-heure à thermostat 4 ou 5.

Pendant que cuit le court-bouillon, épluchez les artichauts, de façon à ne garder que les fonds que vous couperez en quatre après les avoir lavés.

Sortez la cocotte du four, retirez et jetez le bouquet garni, passez le court-bouillon au tamis et remettez-le dans la cocotte, ajoutez les morceaux de fonds d'artichauts. Couvrez la cocotte, remettez-la au four et faites cuire une bonne heure à petite chaleur, thermostat 6 d'abord pour reprendre ébullition, puis thermostat 5 ou même 4, mais vérifiez que le liquide continue à mijoter. Au bout d'une heure, vérifiez la tendreté d'un morceau de fond d'artichaut. Si nécessaire, laissez encore mijoter un petit moment. Quand les fonds d'artichauts sont cuits, videz le contenu de la cocotte dans un récipient pour laisser refroidir. Mettez ensuite les fonds d'artichauts sur le plat de service, arrosez d'une ou deux cuillerées de court-bouillon froid. Saupoudrez de persil haché. Ce plat consitue un excellent hors-d'œuvre froid.

Poireaux braisés

● Pour 4 personnes : *1 kg de poireaux — 75 g de beurre — 1 verre de bouillon — sel — poivre.*

Achetez des poireaux de taille régulière, ni trop gros, ni trop petits, car leur cuisson serait rendue difficile dans l'un et l'autre cas. Epluchez-les et lavez-les, découpez le blanc en morceaux moyens. Mettez le beurre dans la cocotte RÖMERTOPF préalablement humidifiée. Mettez au four à petit thermostat, juste pour

faire fondre le beurre. Quand celui-ci est fondu, rangez régulièrement les morceaux de poireaux dans le fond de la cocotte. Salez, poivrez, arrosez avec le bouillon chaud. Couvrez la cocotte, mettez au four, laissez cuire à thermostat 6. Au bout d'une heure, vérifiez que les poireaux sont cuits. Mettez-les dans le plat de service chauffé et versez dessus leur jus de cuisson, auquel vous aurez ajouté un peu de beurre au dernier moment.

Vos recettes personnelles

Vos recettes personnelles

TABLE DETAILLEE

Les recettes en italique sont celles de Mapie de Toulouse Lautrec

LE BŒUF

Filets rôtis, 16
Rôti aux oignons, 16
Bouilli de bœuf, 17
Ragoût de bœuf, 17
Bœuf aux champignons, 18
Goulasch, 18
— berger à la hongroise, 19
Longe de bœuf en daube, 20
Daube de bœuf à la provençale, 148
Potée de bœuf en choucroute, 149
Côte de bœuf marinée au vin blanc, 150
Carbonade de bœuf, 151
Bœuf miroton, 151
Culotte de bœuf au carry, 152
Langue de bœuf sauce piquante, 153
Haché de bœuf à la parisienne, 154
Queue de bœuf en hochepot, 155

LE VEAU

Rôti de veau, 21
— — au vin rouge, 21
— — à la crème, 22
— — aux anchois, 22
Filet de veau aux champignons, 22
Côtelettes de veau à la ménagère, 23
— — à la crème, 23
Epaule de veau, 24
Blanquette de veau, 24, *160*
Veau en cocotte, 25
— à la hongroise, 25
— « fricandeau », 26
Ragoût de veau, 27
— — *au bacon, 163*
Matelote de veau, 27
Poitrine de veau farcie, 28
— — — *aux herbes, 158*
Jarret de veau, 28
Osso Buco, 29
Noix de veau aux carottes, 156
Chaud-froid de veau, 157
Longe de veau à l'aveyronnaise, 161
Veau froid au thon, 162
Grenadins de veau aux girolles, 163

LE PORC

Rôti de porc, 30
— — au jambon, 30
Filet de porc niçois, 31
— — au cognac, 31
— — aigre-doux, 32
Côtelettes en ragoût, 32
Jambonneau avec choucroute, 33
Porc aux navets, 34
— au vin rouge, 34
— *à l'ananas, 171*
Brochettes, 35
Potée bretonne, 169
Echine de porc à la bière, 170
Choucroute au riesling, 171
Plat de côtes de porc aux pois cassés, 172

L'AGNEAU ET LE MOUTON

Selle d'agneau, 36
— — à la menthe, 36
Gigot de mouton mijoté, 37
— à la paysanne, 37
— chasseur, 38
— d'agneau braisé à l'estragon, 38
— — à la menthe fraîche, 39
Ragoût d'agneau, 39
— *de mouton au vin rouge, 167*
— — au curry, 40
Carry de mouton, 168
Mouton aux choux frisés, 40
Navarin de mouton, 41
— *d'agneau printanier, 165*
Collier de mouton aux marrons, 166
Côtelettes de mouton Champvallon, 167

LES VIANDES HACHEES ET LES ABATS

Oiseaux sans tête, 42
Paupiettes à la ménagère, 42
— de veau, 42
— — au paprika, 43
Pain de veau, 44
Boulettes de viande au vin rouge, 45
Tomates farcies, 45
Pommes —, 46
Chou farci, 47
Foie de veau à la bourgeoise, 47
Rognons de veau rôtis, 48
Cœur de veau à la sauce piquante, 48
Boulettes de foie sur choucroute, 48
Langue de bœuf sauce piquante, 153

Haché de bœuf à la parisienne, 154
Queue de bœuf en hochepot, 155

LA VOLAILLE

Poulets ou poulettes rôtis, 50
— à ma façon, 50
Poulet « Mas de Sabot », 51
— *au paprika, 173*
— *au porto, 174*
— bourguignon, 51
Fricassée de poulet à la provençale, 52
— au paprika, 52
Waterzoï de poulet, 175
Poule au riz, 53
Poularde rôtie, 54
— farcie, 54
— aux raisins, 55
Fricassée de poularde, 55
Dinde rôtie, 56
— farcie, 56
— aux légumes, 57
— chasseur, 57
Oie rôtie, 58
Fricassée d'oie à la strasbourgeoise, 59
Tête pressée de volaille, 60
Canard à la bruxelloise, 60
— à la niçoise, 62
— *à la normande, 175*
— aux ananas, 61
— à l'orange, 61
— à la choucroute, 61
— sauvage, 62
Pigeon rôti farci, 62
Potée de pigeon, 63
Pigeons en matelote, 177

LE GIBIER

Lapin aux pruneaux, 177
— sauvage, 63
— — à la bière, 64
Râbles de lapin à la provençale, 64
Rillettes de lapin au romarin, 65
Rôti de lièvre, 65
Lièvre farci, 66
— au poivre, 67
Brochettes de gibier, 68
Civet de lièvre, 68, *180*
Râbles de lièvre aux champignons, 68
Canard sauvage à la daube, 69
Perdreaux rôtis, 69
— aux champignons, sauce Madère, 70
— à l'orange, 70
Perdrix sur choucroute, 70
— *aux choux, 179*
Faisan à la purée de châtaignes, 71
— *farci aux marrons, 178*
Rôti de sanglier, 71
— de chevreuil, 72
— — pour gourmets, 73

LES POISSONS DE RIVIERE

Truites mijotées, 75
— au gratin, 75
Filets de brochet, 76
Brochet aux anchois à la suédoise, 76
Carpes au paprika, 77
— *à la bière, 147*
Anguilles sauce fenouil, 77
Potée d'anguilles à la provençale, 78
Matelote d'anguilles, 78, *146*
Perche, 79

LES POISSONS DE MER

Soles, 80
Filets de cabillaud, 80
Cabillaud ménagère, 81
Daurade au citron, 144
Filets de lotte à la niçoise, 82
Thon à la provençale, 82
— *à la concarnaise, 145*
Maquereaux Mont-Athos, 145
Rougets « cabanon », 83
Morue à la provençale, 83
Roulades de poisson, 84
Goulasch de—, 84
Potée de —, 85
Fricassée de —, 86
Filets de — aux champignons, 86

LES LEGUMES

Chou rouge, 87
Haricots verts, 88
— blancs à la provençale, 88
Chicons (ou chicorées) à la flamande, 89
Roulades de chicons au jambon, 89
Poivrons, 90
Choux de Bruxelles, 90
— frisés mijotés, 91
Concombre, 91
Champignons, 92
Carottes à la lyonnaise, 93
Tomates gratinées, 93
Pieds de céleris rôtis, 94
Crêpes aux épinards gratinées, 94
Epinards, 95
Ratatouille niçoise, 95, *181*
Oseille à la crème, 182
Fonds d'artichauts à la grecque, 183
Poireaux braisés, 183
Pommes de terre RÖMERTOPF, 95
— savoyardes, 96
Goulasch de pommes de terre, 96
Potée de — —, 97

LES POTAGES

Pot-au-feu, 98
Bouillon de volaille aux pâtes, 140
Potage alsacien, 98
Oxtail, 99
Soupe aux pois pour gourmets, 100
— *aux poireaux et pommes de terre, 141*
— aux haricots, 100
— de viande gratinée, 101
— de poisson, 102, *143*
Potage Saint-Germain, 141
— de pommes de terre, 102
Bouillabaisse, 103
Gratinée à l'oignon, 142

LES POTEES

Potée italienne « Bolaggio », 104
— de poulet, 105
— de restes de viande, 105
— piquante, 107
— Saint-Hubert, 108
— chasseur, 108
Goulasch de champignons, 106
Ragoût irlandais, 106

PATES ET SOUFFLES

Pâté aux champignons, 109
— de gibier, 110
— de foie, 111
Soufflé de nouilles, 111
— aux épinards, 112
— au fromage, 113
— — blanc, 113
— au thon, 113
— de pommes de terre, 114
— de jambon, 114
— au céleri, 115
— de fromage blanc printanière, 115

RIZ ET PATES

Recette de base, 116
— de riz à ma façon, 116
Riz aux champignons, 117
— au foie, 117
— à la hongroise, 118
— pilaf à la serbe, 118
Risotto, 119
— aux champignons, 119
Nouilles au fromage, 120
Lasagnes à la romaine, 121
Sauce végétarienne, 121

DESSERTS

Pommes au four, 122
Beignets de pommes à la viennoise, 123
— de fromage blanc aux raisins de Corinthe, 124
Fourré de pommes à l'anglaise, 125
Soufflé de froment aux cerises du Nord, 124
— aux cerises, 126
— au riz et aux pommes, 126
— au rhum, 127
— aux fraises, 127
— aux bananes, 128
— Cherry-Brandy, 128
Pommes aux amandes, 129
Confiture pêches et melon, 129
— airelles et poires, 130
Petits pains rôtis, 130

RECETTES EXOTIQUES

Potage aigre-doux à la pékinoise, 131
Puchero mexicain, 132
Filet de veau au curry et aux bananes frites, 132
Viande de porc à la chinoise, 132
Roti de porc Budapest, 133
— — à la suédoise, 133
— — à l'anglaise, 134
Roulades printanières à la chinoise, 134
Boulettes de viande mode hawaiienne, 135
Poulet Calcutta, 135
Poulet au gingembre, 136
Poule Sirikit, 136
Poisson cuit à la chinoise, 136
Potée de poisson à l'indonésienne, 137

INDEX ALPHABETIQUE

Anguilles sauce fenouil, 77

Beignets au fromage blanc aux raisins de Corinthe, 124
Beignets de pommes à la viennoise, 123
Blanquette de veau, 24
Blanquette de veau, 160
Bœuf aux champignons, 18
Bœuf miroton, 151
Bouillabaisse, 103
Bouilli de bœuf, 17
Bouillon de volaille aux pâtes, 140
Boulettes de foie sur choucroute, 48
Boulettes de viande au vin rouge, 45
Boulettes de viande mode hawaiienne, 135
Brochet aux anchois à la suédoise, 76
Brochettes, 35

Cabillaud ménagère, 81
Canard à la bruxelloise, 60
Canard à la choucroute, 61
Canard à la niçoise, 62
Canard à la normande, 175
Canard à l'orange, 61
Canard aux ananas, 61
Canard sauvage, 62
Canard sauvage à la daube, 69
Carbonade de bœuf, 151
Carottes à la lyonnaise, 93
Carpe à la bière, 147
Carpes au paprika, 77
Carry de mouton, 168
Champignons, 92
Chaud-froid de veau, 157
Chicons (ou chicorées) à la flamande, 89
Choucroute au riesling, 171
Chou farci, 47
Chou rouge, 87
Choux de Bruxelles, 90
Choux frisés mijotés, 91
Civet de lièvre, 68
Civet de lièvre, 180
Cœur de veau à la sauce piquante, 48
Collier de mouton aux marrons, 166
Concombre, 91
Confiture airelles et poires, 130
Confiture pêches et melon, 129
Côte de bœuf marinée au vin blanc, 150
Côtelettes de mouton Champvallon, 167
Côtelettes (de porc) en ragoût, 32
Côtelettes de veau à la crème, 23
Côtelettes de veau à la ménagère, 23
Crêpes aux épinards gratinées, 94
Culotte de bœuf au carry, 152

Daube de bœuf à la provençale, 148
Daurade au citron, 144
Dinde aux légumes, 57
Dinde chasseur, 57
Dinde farcie, 56
Dinde rôtie, 56

Echine de porc à la bière, 170
Epaule de veau, 24
Epinards, 95

Faisan à la purée de châtaignes, 71
Faisan farci aux marrons, 178
Filet de porc aigre-doux, 32
Filet de porc au cognac, 31
Filet de porc niçois, 31
Filet de veau au curry et aux bananes frites, 132
Filet de veau aux champignons, 22
Filets de bœuf rôtis, 16
Filets de brochet, 76
Filets de cabillaud, 80
Filets de lotte à la niçoise, 82
Filets de poisson aux champignons, 86
Foie de veau à la bourgeoise, 47
Fonds d'artichauts à la grecque, 183
Fourré de pommes à l'anglaise, 125
Fricassée au paprika, 52
Fricassée de poisson, 86
Fricassée de poularde, 55
Fricassée de poulet à la provençale, 52
Fricassée d'oie à la strasbourgeoise, 59

Gigot d'agneau à la menthe fraîche, 39
Gigot d'agneau braisé à l'estragon, 38
Gigot (de mouton) à la paysanne, 37
Gigot (de mouton) chasseur, 38
Gigot de mouton mijoté, 37
Goulasch, 18
Goulasch berger à la hongroise, 19
Goulasch de champignons, 106
Goulasch de poisson, 84
Goulasch de pommes de terre, 96
Gratinée à l'oignon, 142
Grenadins de veau aux girolles, 163
Haché de bœuf à la parisienne, 154
Haricots blancs à la provençale, 88
Haricots verts, 88

Jambonneau avec choucroute, 33
Jarret de veau, 28

Langue de bœuf sauce piquante, 153
Lapin aux pruneaux, 177
Lapin sauvage, 63
Lapin sauvage à la bière, 64
Lasagnes à la romaine, 121
Lièvre au poivre, 67
Lièvre farci, 66
Longe de bœuf en daube, 20
Longe de veau à l'aveyronnaise, 161

Maquereaux Mont-Athos, 145
Matelote d'anguilles, 78
Matelote d'anguilles, 146
Matelote de veau, 27
Morue à la provençale, 83
Mouton aux choux frisés, 40

Navarin d'agneau printanier, 165
Navarin de mouton, 41
Noix de veau aux carottes, 156
Nouilles au fromage, 120

Oie rôtie, 58
Oiseaux sans tête, 42
Oseille à la crème, 182
Osso Buco, 29
Oxtail, 99

Pain de veau, 44
Pâté aux champignons, 109
Pâté de foie, 111
Pâté de gibier, 110
Paupiettes à la ménagère, 42
Paupiettes de veau, 42
Paupiettes de veau au paprika, 43
Perche, 79
Perdreaux à l'orange, 70
Perdreaux aux champignons, sauce Madère, 70
Perdreaux rôtis, 69
Perdrix aux choux, 179
Perdrix sur choucroute, 70
Pieds de céleris rôtis, 94
Pigeon rôti farci, 62
Pigeons en matelote, 177
Plat de côtes de porc aux pois cassés, 172
Poireaux braisés, 183
Poisson cuit à la chinoise, 136
Poitrine de veau farcie, 28
Poitrine de veau farcie aux herbes, 158
Poivrons, 90
Pommes au four, 122
Pommes aux amandes, 129
Pommes de terre RÖMERTOPF, 95
Pommes de terre savoyardes, 96
Pommes farcies, 46
Porc à l'ananas, 171
Porc au vin rouge, 34
Porc aux navets, 34
Potage aigre-doux à la pékinoise, 131
Potage alsacien, 98
Potage de pommes de terre, 102
Potage Saint-Germain, 141
Pot-au-feu, 98
Potée bretonne, 169
Potée chasseur, 108
Potée d'anguilles à la provençale, 78
Potée de bœuf en choucroute, 149
Potée de pigeon, 63
Potée de poisson, 85
Potée de poisson à l'indonésienne, 137
Potée de pommes de terre, 97
Potée de poulet, 105
Potée de restes de viande, 105
Potée italienne « Bolaggio », 104
Potée piquante, 107
Potée Saint-Hubert, 108
Poularde aux raisins, 55
Poularde farcie, 54
Poularde rôtie, 54
Poule au riz, 53
Poule Sirikit, 136
Poulet au gingembre, 136
Poulet au paprika, 173
Poulet au porto, 174
Poulet bourguignon, 51
Poulet Calcutta, 135
Poulet « Mas de Sabot », 51
Poulets à ma façon, 50
Poulets ou poulettes rôtis, 50
Puchero mexicain, 132

Queue de bœuf en hochepot, 155

Râbles de lapin à la provençale, 64
Râbles de lièvre aux champignons, 68
Ragoût d'agneau, 39
Ragoût de bœuf, 17
Ragoût de mouton au curry, 40
Ragoût de mouton au vin rouge, 167
Ragoût de veau, 27
Ragoût de veau au bacon, 163
Ragoût irlandais, 106
Ratatouille niçoise, 95
Ratatouille niçoise, 81
Rillettes de lapin au romarin, 65
Risotto, 119
Risotto aux champignons, 119
Riz à la hongroise, 118
Riz à ma façon, recette de, 116
Riz au foie, 117

Riz aux champignons, 117
Riz pilaf à la serbe, 118
Riz, recette de base, 116
Rognons de veau rôtis, 48
Rôti de bœuf aux oignons, 16
Rôti de chevreuil, 72
Rôti de chevreuil pour gourmets, 73
Rôti de lièvre, 65
Rôti de porc, 30
Rôti de porc à l'anglaise, 134
Rôti de porc à la suédoise, 133
Rôti de porc au jambon, 30
Rôti de porc Budapest, 133
Rôti de sanglier, 71
Rôti de veau, 21
Rôti de veau à la crème, 22
Rôti de veau au vin rouge, 21
Rôti de veau aux anchois, 22
Rougets « cabanon », 83
Roulades de chicons au jambon, 89
Roulades de poisson, 84
Roulades printanières à la chinoise, 134

Sauce végétarienne, 121
Selle d'agneau, 36
Selle d'agneau à la menthe, 36
Soles, 80
Soufflé au céleri, 115
Soufflé au fromage, 113
Soufflé au fromage blanc, 113
Soufflé au rhum, 127
Soufflé au riz et aux pommes, 126
Soufflé au thon, 113
Soufflé aux bananes, 128
Soufflé aux cerises, 126
Soufflé aux épinards, 112
Soufflé aux fraises, 127
Soufflé Cherry-Brandy, 128
Soufflé de fromage blanc printanier, 115
Soufflé de froment aux cerises du Nord, 124
Soufflé de jambon, 114
Soufflé de nouilles, 111
Soufflé de pommes de terre, 114
Soupe au poisson, 102
Soupe aux haricots, 100
Soupe aux poireaux et pommes de terre, 141
Soupe aux pois pour gourmets, 100
Soupe de poissons, 143
Soupe de viande gratinée, 101

Tête pressée de volaille, 60
Thon à la concarnaise, 145
Thon à la provençale, 82
Tomates farcies, 45
Tomates gratinées, 93
Truites au gratin, 75
Truites mijotées, 75

Veau à la hongroise, 25
Veau en cocotte, 25
Veau « fricandeau », 26
Veau froid au thon, 162
Viande de porc à la chinoise, 132

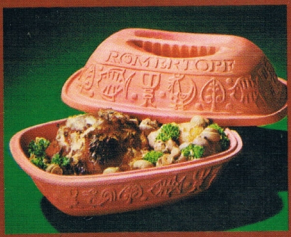
Waterzoï de poulet, 175

BAY RÖMERTOPF®

Gastronomie et diététique

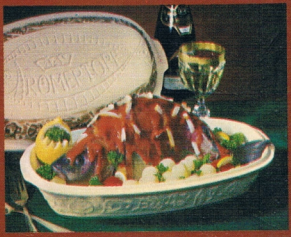
Ces deux mots, que l'on pourrait croire opposés, se trouvent réunis dans RÖMERTOPF.
En effet, toute la saveur des aliments est conservée grâce à la cuisson au jus ; qu'il s'agisse de viande, volaille, poisson ou même de fruits et légumes.
Et les possibilités de cuisson sans matière grasse en font la méthode rêvée dans le cas de régimes pour l'estomac, le foie, le diabète et la ligne.

RÖMERTOPF N° 109
petit modèle (jusqu'à 1,5 kg)
viandes ou volailles



RÖMERTOPF N° 111
grandeur courante (jusqu'à 2,5 kg)
viandes ou volailles

RÖMERTOPF N° 113
grand modèle (jusqu'à 6 kg)
pièces de gibier, viandes ou volailles



RÖMERTOPF N° 114
forme allongée et moins haute
spécial poissons

BAY-KERAMIK · D - 5412 RANSBACH